

# 子育て支援 かるがも通信

野草舎 森の家  
鹿嶋市山之上611-19  
TEL 0299-94-2311



昨年は大勢の方に子育て支援室をご利用いただきありがとうございました。本年も親子で一緒に楽しめる活動を取り入れ、充実した時間を過ごせるようにしていきたいと思っております。2023年も、どうぞよろしくお願い致します。さて、1月の『ぼかぼかルーム』では、園で収穫したさつまいもを使用した手作りの、りんごとさつまいものザクザクケーキを、『親子で料理』では、天然酵母を使用したあんぱんを用意しています。感染症対策を行いながら、安心安全に過ごしていきたいと思っております。皆さんの参加、お待ちしております。

## 1月の主な遊び(10:00~11:30)

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
お休み	お休み	お正月遊びを楽しもう 福笑い、こま、かるたなどで遊ぼう	お絵描きをしよう みつろうクレヨン、絵の具で自由に描こう	お正月遊びを楽しもう 福笑い、こま、かるたなどで遊ぼう
9	10	11	12	13
祝日のためお休み	手のひらサイズのミニ凧を作ろう	0歳児さん集まれ! ふれあい・わらべ歌で遊ぼう 持ち物:バスタオル	園庭開放日 園庭で自由にお過ごしください 砂場、滑り台があります	園庭開放日 園庭で自由にお過ごしください 砂場、滑り台があります
16	17	18	19	20
森の家の手作り離乳食を食べよう(2組ずつ予約制) ※詳細は次ページ 身長、体重測定日	手のひらサイズのミニ凧を作ろう 身長、体重測定日	1歳児さん、集まれ! ふれあいあそび、わらべ歌で遊ぼう	親子で料理※ 「天然酵母のあんぱん」(8組 予約制) 持ち物:エプロン、三角巾 集合時間:9:45	ぼかぼかルーム※ (8組 予約制) 保育園の手作りおやつを食べながら、お茶の時間をお楽しみください。
23	24	25	26	27
木の枝に毛糸を巻いて飾りを作ろう	歌って踊ろう♪ スケッチブックシアターも楽しもう	親子で料理※ 「天然酵母のあんぱん」(8組 予約制) 持ち物:エプロン、三角巾 集合時間:9:45	お絵描きをしよう みつろうクレヨン、絵の具で自由に描こう	ぼかぼかルーム※ (8組 予約制) 保育園の手作りおやつを食べながら、お茶の時間をお楽しみください。
30	31			
楽器に触れよう スケッチブックシアターも楽しもう	木の枝に毛糸を巻いて飾りを作ろう			

### <ご利用時間>

9:30~12:00 (予約の必要はありません)  
13:00~15:30 (予約をお願いします※ぼかぼかルーム、親子で料理は午前中です。)

### <その他の遊び>

主な遊び(カレンダーの活動)以外の時間は、室内や戸外で自由にお過ごしください。  
室内には、0歳から遊べる手作り玩具や絵本等があります。園庭には、砂場と滑り台があります。

## 1月の活動予定 <手のひらサイズのミニ凧を作ろう!>

よちよち歩きのお子さんでも、お布団の上の赤ちゃんでも、凧あげを楽しめるように、手のひらサイズの小さな凧を作ってみませんか。ふわりとく凧をきっと楽しんでくれることでしょう。



## 1/16(月) 11:00~ 手作り離乳食を食べましょう

お家での離乳食づくりのヒントとなればと思います。ぜひ、ご参加ください。

持ち物:エプロン

**初期・中期・後期食を2組ずつの予約制です。**

### 5~6ヵ月頃(初期)の離乳食 なめらかにすりつぶした ペースト状のもの

献立(使用している食材、調味料)  
10倍がゆすりつぶし(米)  
しらすのすりつぶし(しらす)  
野菜のすりつぶし(大根、人参、ほうれん草、さつまいも)

### 7~8ヵ月頃(中期)の離乳食 舌でつぶせる固さ

献立(使用している食材、調味料)  
7倍がゆ(米)  
たら野菜あんかけ(たら、ほうれん草、人参)  
野菜の柔らかか煮(大根、人参、さつまいも)

### 9~11ヵ月頃(後期)の離乳食 歯ぐきでつぶせるほどの固さ

献立(使用している食材、調味料)  
軟飯(米)  
たら野菜あんかけ(たら、小松菜、人参)  
野菜のしょうゆ煮(大根、人参、さつまいも)  
みそ汁(だし汁、みそ、玉ねぎ)

## 12月の活動の様子 <スイートポテトを作りました>



森の家の畑で採れた、さつまいも(紅あずま)を使って、スイートポテトを作りました。好きなキャラクターや星などの形を整えながら、時々ペロりとつまみ食いするお友だちもいました。焼きあがるとほっぺた一杯にほおばって、みんな満足気でした。



### <お知らせ>

※活動により参加人数を限定しています。参加希望の方は事前にご連絡ください。  
※『親子で料理』では、アレルギー対応しておりませんのであらかじめご了承ください。  
※『ぼかぼかルーム』のおやつは、「りんごとさつまいものケーキ」を予定しています。  
※育児相談・・・9:30~15:00にお電話にて行っています。(0299-94-2311)  
※感染症対策のため、検温してからの来園にご協力ください。37.5℃以上の発熱がある場合の来園はご遠慮ください。