



みちしるべ

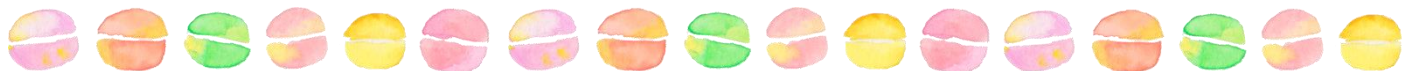
朝夕は冷え冷えしてきました。落ち葉も増え、カサカサと音を立て心地よい響きで追いかけてくるのがいいですね。今年はどうな年だったか、考えさせられる時期になってきました。「光陰矢の如く」と申しますが、何となく淋しさが増します。それぞれ歩んできた道を考えながら、新しい年を迎えられたら良いですね。

「一緒に食事をするってとても大切」

最近、朝食を摂らない子どもが増えていると言われています。その上、過度の偏食や肥満などの問題も生じているとも言われています。食生活は身体の健康だけでなく、心の成長にも深く関わっています。一緒に食べる楽しい食事は、親の愛情を自然に子どもに伝え、そこでの満足感・信頼感は子どもの心を明るく、強いものに発達させます。一緒に食事ができない時は、食事をする曜日を定めるなどの工夫をして、できるだけ家族揃っての食事ができるよう、習慣にしましょう。

年末年始は特に忙しいですが、家族が揃う時でもあります。皆さんが良いお年を迎えられることを祈っています。

子育てサポーター：スター☆



おすすめ絵本

『しろくまのパンツ』

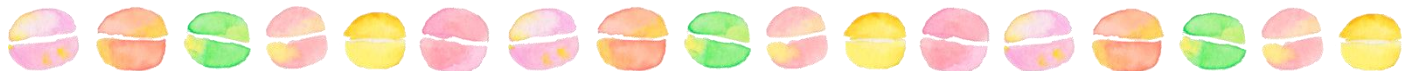
作：tupera tupera

出版社：ブロンズ新社

発行日：2012年9月25日

子育てサポーターM. S

「どこにいったんだろう？」パンツをなくしてこまっているしろくまさん。そこへ、心配したねずみさんがやってきて、いっしょにパンツをさがしにくくことに。しましまのパンツ、かわいい花がらのパンツ、へんてこりんな水たまのパンツ…。物語のラストには、あっとおどろく発見が！



おすすめレシピ

『さつまるん』

＜作り方＞

- ①さつまいもはよく洗い、電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。
- ②熱いうちに皮をむき、砂糖、バターを混ぜる。
- ③2等分にし、半量にココアをよく混ぜる。
- ④黄色のさつまいもを丸め、周りをココアを混ぜたさつまいもで包む。



材料（子ども2人分）

- ・さつまいも 100g
- ・砂糖 少々
- ・バター 5g
- ・無糖ココア 小さじ1



家庭教育支援講座ちびっこひろば『きらい☆』

子育て中のみなさん、お子さんと和やかな時間を過ごしませんか？

さまざまなふれあい活動を通じて子どもの成長を感じたり、いろいろな発見があったりと、子育てに役立つことがたくさんありますよ。おじいちゃん、おばあちゃんとお孫さんの参加も大歓迎です。

【対 象】 0歳から未就学のお子さんとその保護者(または祖父母) 15組30名程度
町外の方の参加も歓迎します。

【時 間】 10:30～11:30 ※受付10:10～

【参加費】 原則として無料ですが、材料費のかかる講座もあります。

【申込み】 原則として申し込みは必要ありませんが、活動内容によっては事前にお申込みいただくこともございます。

回	日 程	内 容	場 所
1	6月15日(木) 開催終了	『親子でリトミック』 音に合わせて体を動かそう！	山元町こどもセンター
2	7月20日(木) 開催終了	『親子ヨガでリラックス』 親子のスキンシップを楽しみましょう	山元町こどもセンター
3	10月19日(木) 開催終了	『赤ちゃんのことばの不思議』 ことばにふれて楽しく交流しましょう	山元町こどもセンター
4	11月16日(木) 開催終了	『おやコア体操』 親子でのびのび楽しく体操！	山元町こどもセンター
5	令和6年 1月18日(木)	『つばめの学校』 家庭教育支援チーム員による講座	山元町こどもセンター

※諸事情により、以前のご案内から場所や内容が変更になっているところがあります。また、状況により講座の変更や中止になる場合もございますので、ご理解のほどよろしくお願い致します。

育児サークルなかよし会のご案内

山元町の育児サークル「なかよし会」のメンバーも募集しております。
主にこどもセンターを会場とし、季節の行事やさまざまな活動を親子で楽しんでいます。
見学も随時受け付けておりますので、お気軽にお問合せください。

※夏休みや年末年始など
活動日：木曜 10:00～ 長期のお休みもあります
場 所：山元町こどもセンター等、町内施設
その他野外活動もあります

絵本よみかせ・遠足・ハロウィン
町内幼稚園見学・クリスマス会
節分・ひなまつり etc



今年度も楽しい活動を計画しています♪

山元町生涯学習課 0223-36-8948