



子育て中の人たち集まれ!!

子育て支援センター情報



子育て中の皆さんへ▶本市では3ヶ所の子育て支援センターを開設しています。どのセンターもご自由にご利用いただけます。

のんびり広場

日にち	活動予定
3/12	のんびりタイム 手形押し・保健師による育児講話
3/19	簡単ヨガ身体生き生き体操 運動しやすい服装を準備してください。講師:佐伯夕起子氏
3/26	バームクーヘン作りを管理栄養士と一緒に外で楽しもう 三角巾・エプロンを用意。 ※参加される方は3/19(水)までに連絡してください
4/2	保育園の遊具で遊ぼう
4/9	お外で遊ぼう
4/16	新聞紙で遊ぼう

活動時間 9:00~

場所 波野東部保育園

TEL24-2800

*月曜~金曜日の9:00~14:00園を開放しています。

すくすく広場

日にち	活動予定
3/12	わいわい子育て相談会 乳幼児健診医である江崎真澄先生による相談会です。妊婦さんも気軽にご参加ください(相談無料・秘密厳守)
3/18	手づくりおもちゃ 紙コップロケットを作って飛ばそう!
3/25	誕生会・計測・おやつ作り エプロン・三角巾(バンダナ可)を用意してください。
4/1	お友だちいらっしやい お友だちマップづくりをしましょう。
4/8	園庭で遊ぼう すべり台やブランコ遊び、砂遊びを楽しみましょう。
4/15	むかし話の会 地域の方によるお話をみんなで聴きましょう。

活動時間 10:00~

場所 一の宮子育て支援センター

すくすくハウス(りんどう保育園横)

TEL22-4539

センター開放時間 月~金曜日(9:00~17:00)
土曜日(9:00~12:00)

*園庭は毎日開放しています。

*育児相談電話 TEL 22-3850

ぴよぴよ広場

日にち	活動予定
3/12	3月生まれの誕生会 お楽しみ会・体験試食会
3/19	お別れパーティー(こんなに大きくなりました)・お楽しみバイキング
3/25	Let's goピクニック 10:00カドリー・ドミニオン集合(時間厳守) 弁当・水筒・おやつ・敷物・帽子を用意。 ※参加される方は3/21(金)までに連絡してください。
3/26	育児相談 13:00~15:00 阿蘇保健福祉センター
4/2	お外であそぼう
4/9	計測・いっしょにあそぼう・体験試食会
4/16	チューリップを見に行こう 10:30はな阿蘇美集合 弁当・水筒・おやつ・敷物・帽子を用意 ※雨天順延

活動時間 10:00~

場所 阿蘇市子育て支援センター

(阿蘇北中学校近く)

TEL32-3843

*月曜~金曜日(祝祭日は除く)の10:00~16:00センターを開放しています。

*育児相談を受け付けています、電話相談もOK。(秘密厳守)

お元気ですか

食生活改善
推進員協議会

保育園で親子料理教室を開催!

先日、阿蘇市内の3保育園の親子料理教室に行きました。どの料理も大変おいしく、子どもたちの評判も上々で、中でも一番の人気は、イチゴ大福でした。

「暑さ寒さも彼岸まで」とはよく言ったもので、春もお彼岸を境にめつくり暖かくなってきました。ドライブ等をおかねて、日頃ご無沙汰しているご先祖様のお墓参りに出かけてはいかががでしょうか。お彼岸の頃になると、彼岸団子とともに「ぼたもち」や「おはぎ」を作ります。ぼた(牡丹)もちは春、おはぎ(萩)は秋と季節で呼び名が変わります。ぼたもちは、ぼつてりと大きくて、おはぎは、萩の花のように小さく上品にも言われていますが、大きさ、形はお好みで…。

また、子どもたちの大好きなイチゴ大福を作り、お供えするとご先祖様も喜ばれるのではないのでしょうか。

簡単にできるイチゴ大福を紹介するので、ご家庭で作ってみてください。



▲内牧保育園で行われた親子料理教室のよう

作り方

①ボールに白玉粉・砂糖・水をよく入れて混ぜ、ラップをして電子レンジに2分かける。

②取り出してよく混ぜ、ラップをして、もう一度電子レンジに2分かける。

③よく混ぜて、かたくり粉を入れた皿に取り出して12個に分け、イチゴとあんこを包む。

材料(12個分)

白玉粉……………1カップ
砂糖……………1/2カップ
水……………1カップ
イチゴ……………小12個
あんこ……………180g
かたくり粉……………適量