

いちいち子育て支援センター
～繋がるおたより～
5月号



清々しい気持ちのよい風が吹く季節となりました。
天気の良い日は、お子さんと一緒にお散歩や公園に出かけては、いつの間にか、お外時間が長くなっている方も多いかもかもしれませんね。お日さまの下、ぼかぼか陽気にホホを赤らめて汗ばんだり、「お外気持ちいいね」の親御さんの優しい語りかけに耳を傾けている小さなお子さんもいらっしゃるのでは…と想像が膨らみます。外の空気をたくさん吸って、心のリフレッシュも必要ですね。センターで過ごしていただく時間も、日常でありつつもリフレッシュの時間にもなりますよう、日々のお会いやおそびとは別に、行事・講習等を計画していこうと思っています。気軽にあそびにいらしてくださいね。そしてお子さんの『かわいい♡』を、私たち職員にも分かち合わせてください。

今月のピックアップコーナー
小さなお子さんにも好まれている
絵本の紹介です！



『だるまさん』シリーズより

- ・くりかえしの展開で、わかりやすいお話だから、ワクワクするんだ！
- ・短くリズムカルな表現で楽しくなってくるよ！

センターに珍しいお客さん来園！？



センターの玄関近くの街灯の上に、ツバメが巣を作り始めました。巣作りで往復したり、子ども達の声を聞いては飛んで行ったり、忙しそう！センターの新しい仲間を職員一同見守っているところです。センター利用の際は、ぜひ眺めてみてください♪通られる際は、頭上注意!!!



～育児相談～

遊びにいらした時にその場で、または、電話でも大丈夫です

090-5177-7171(センター直通)

～育児のつづやきありませんか～
☆気軽に何でもお聞かせください☆

栄養士による食育コーナー

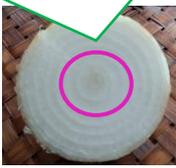
おすすめ！！旬の新たまねぎ♪

『新たまねぎはいいこと尽くし！』

- ・水分が多いため辛みが少ない！
- ・腸内環境を整えてくれるので便秘解消の強い味方！（離乳食初期のお子さんにも◎）



中心部は柔らかいので、お子さんにおすすめです☆
注意→購入して、すぐの新鮮なうち限定です



旬は3～5月！冷蔵保存して、早めに使用してくださいね！

『時短は、これがオススメ！』

電子レンジでチン！

たまねぎ 1個 + 水 大さじ3 + サランラップ・皿 → 600W 5分



細かく刻むよりも、切り込みを入れる程度でチン！をしたほうが、柔らかく甘みがでます！

『加熱後はアレンジいろいろ』

ボン酢がけ 中華スープ 炒り卵



コーンポタージュ 納豆和え

☆栄養満点の玉ねぎを、お子さんも親御さんも、ぜひ食べてみてくださいね。

～栄養相談 月1回 9:00～11:00 実施～詳しくはHPをご確認ください