



Vol. 36

2013. 1発行

『よしかわ の子育て向上委員★
ネットワークスタッフ随時募集中!』
* あっという間に一緒に考えたい方♪
* 子育ての経験を活かしたい方♪
* 子育てママの「学びたい!」にお手伝いしてくれる方♪
* PC、イラスト、編集、好きな方♪
* 子どもが好きな方♪
あなたの お力を貸してください!お待ちしております

発行: WaWaWaネットワーク 企画部
問い合わせ: 中島 090-5754-8747
<http://www.ne.jp/asahi/wawawanet/yoshikawa/>
<http://blog.goo.ne.jp/wawawanet>



設置場所: おあしす・児童館・保健センター・中央公民館・吉川市役所・総合体育館
・肉の太田屋・ドライブスルーマック・ネオポリスハヤシ医院
・ベビー服and雑貨オリーブ・理容 栄・けやき歯科・おっかさん
・ファースト薬局・視聴覚ライブラリー・えのもり歯科医院

この時期
Hi たくさんあるおもち どうする?
おもちアレンジレシピ
チョコ大福

もうすぐバレンタイン♪ 大好きなパ・ネ・ス・コちゃん!
お餅でチョコ大福をプレゼントするのはどうでしょう!

STEP 1 おもちをレンジで温める

①

STEP 2 やわらかくなったおもちを広げて真ん中にチョコをのせる

②

STEP 3 "コロコロ" 丸めて...

③

STEP 4 仕上げに粉糖を振って

④

材料(1個分)

- 切りもち (1/2個 ~ 1個)
- チョコ
アルファベットチョコなど 1コ
板チョコ 2枚
- 粉糖 少々


最後にたっぴりの愛情をトッピングしてラッピング♪

冬の外遊び、してますか〜？

大人にとって、この寒さは厳しい〜 (>・<)
 ついついお家に閉じこもりがち。家の中でも楽しい遊びはいっぱいありますが、
 やっぱりで遊んだ後の子どもはどこかスッキリしていますよね♪

★わが子との外遊び例★

♪その1
紙飛行機飛ばし
たーくさん作って飛ばしっこ
どれがよく飛ぶ？



♪その2
早く起きた朝は〜
☆霜柱をざっくざく！
☆氷の張った場所を探して…
☆落ち葉の下ってあったか〜い
冬を肌で感じてみてね(´▽`)

♪その3
なわとび1つでイロイロ遊びます！
☆なわをジャンプ☆電車ごっこ☆
☆しっぽ取り☆もしもし電話☆
☆腰に繋がれワンワンお散歩ごっこ？☆

楽しく健康づくり
しましょ♪



〜外遊びの時につく力〜

- 脳 ★自分で考える力(思考力)・創造性が育つ
- 目 ★動態視力が育つ(動く物を正確に見る力)
- 皮膚★体温調節がうまくできる体になる

3歳までに育つと言われてます！

子育て支援サービスガイド
見てみてね♪

子どもを着替えてお風呂へ！
お部屋の中を裸で行ったり来たり
寒い冬は湯ぶねにゆくりっかって体もホカホカ暖めたいけど…
子どもを待たせて13分ゆづみそのほせが13分
0才・1才・2才年の近い子ども達一緒に入ってアツアツ

真冬のお風呂事情

子育て中のママはお風呂も大忙し!!

そこで、先輩ママにお風呂体験談聞いてみました。ちよことアイディアで寒い冬をのり切りう♡

入浴前にできる事 入浴中は おもちゃ13個 年の近い兄弟がいるママは…

- | | | | |
|--------------|-----------|-------------|--------------------|
| 脱衣所をあたたためておく | バスマットで床の | シャンプーの空き箱 | ↓ 下の子は脱衣所で待たせよう |
| 着替え・スキンケア用品を | ひんやりをカット | 100円ボトルじょうろ | ↓ ママと上の子が先に入り洗い終わる |
| 並べておく | ママが洗っている間 | ビニールに好きな | ↓ 下の子を返入れ洗う |
| ママ用バスローブを | バスチェア・バンボ | 絵を挿して切り抜き | ↓ みんなで湯ぶねにつかる |
| 用意しても | おもちゃがあると | かべにへろへろ | ↓ 一緒に出る |
| | | せけんクレヨンなど | |

お父さんのキケン毎日変えましょね
いろいろ試してみてもいいね★

先輩ママはこう流れて入っていたそうです。



あったかテクで寒い冬をのりきろう



今年の冬は寒いですね。外に行くにはおっくうな今日この頃。ちょっとした工夫で、寒い冬を快適に過ごしたいですね。

小物で 足首、手首をあたためるだけで、寒さの感じ方が違います。オススメはレックウォーマや足首ウォーマ。一度はくとやめられませんが、腹巻きもオススメです。たくさんメーカーから保温性の高い下着もでていまして、いろいろ試してみて、お気に入りのものを見つけるのもいいですね。OUTDOORショップにもおしゃれなあったか小物が売っています。今はやりの山ガールや森ガールを目指してみても。

内側から 体をあたためる生活で寒さに強くなりましょう。オススメは乾燥し易い。生のしょうがは末端をあたためるには効果がありませんが、体の中心をあたためるには乾燥し易いしょうがです。手づくりでもかんたん。スライスしたしょうがを2〜3日天日干しにして、カラカラになったら、ミルサーなどで粉にすれば、完成です。ちょっとズボラさんには、市販品もあります。スーパーや健康食品のお店などに置いてあります。また、体を動かす(筋肉を動かす)と血流がよくなり、体温がアップします。外で子どもと一緒に遊びながら、走ったり、体を動かすことは、実は寒さ対策なんですよ。

子ども ベビーカで寝ている赤ちゃんは地面からの冷気を受けやすいので、温かさには気を配ってくださいね。母子が一体となるママコートは赤ちゃんもママもあたたかいですよ。



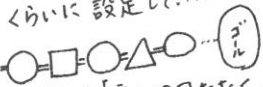
Let's try お正月遊び!!

5分ですごす

手作りすごろく

売っているすごろくは小さい子には難しいので、今回はマス目を15マスくらいに設定して...

スタート



お題は「肩を10回たたく」とか「アメがもらえる」とか、何でもOK。触れ合い遊びを入れるのもおすすめ。サイコロの読み方も覚えられるし、子ども達に大気でしたよ! ぜひおためし下さい♡

気温がぐんと下がり、外遊びから遠ざかりぎみの今日この頃! 室内遊びもマンネリ化...。ついついビデオやTV時間が増えてしまいますね。そんな時、昔なつかしのお正月遊びなどいかがですか? 我が家の4さい、3さいのちびこ達でも楽しめる小さい子向けの遊びをご紹介します!!

もう1つ 我が家で人気なのが カルタドリ

字が読めない3さいの息子も大好きな絵本のキャラクターカルタなら絵を見て必死に札を探しています...。ご家族で楽しんではいかかですか?!



◆WaWaWaネットワーク◆			
～ふぁみりんぐ～ アレルギー座談会	1/31 2/14	ココロの森(ココロ吉川内) 10:00～13:00 予約不要 子どもがアレルギー、ちょっとでも興味があればどうぞ アレルギーに興味のある方限定のサロンです(情報交換など) 2月は11時より「アレルギーっ子あるあるカルタ」作り 知ってもらおう事から始めよう! *カルタは持ち帰れません	ココロの森 940-2810 サロン開催日の10時～13時
美南のみ通常サロンも開催中	3/14	ワンダーランド(あひるの部屋) 10:30～11:30 予約不要 アレルギーの相談・情報交換。先輩ママも来ます	美南の風 982-3760 サロン開催日の10時～13時
サークル交流会	1/28	おあしすミーティングルーム4 10:30～12:00(要予約) サークル等で楽しく行事体験ができる季節のネタ紹介 今回は節分・手遊び・グループトークなど…	中島 090-5754-8747
～ふぁみりんぐ～ 幼稚園バッグ作り相談会	2/7	ワンダーランド(パンダの部屋) 10:00～13:00 予約不要・出入り自由 幼稚園バッグを作りたいママ必見 ワンポイントアドバイスが聞けます～講師:伊藤映子さん	美南の風 982-3760 サロン開催日の10時～13時
プーさんの赤ちゃんサロン	2/7・3/7 2/13・3/13	おあしすセミナー3 10:30～100円(20組 申込不要) わらべ歌・おしゃべり知り 3ヶ月～1歳未満までの第1子 中央公民館303・304 10:30～100円(20組 要予約) わらべ歌・おしゃべり知り 3ヶ月～1歳未満までの第1子	090-7189-9738 米山 *中央公民館開催のみ* 毎月5日から中央公民館で受付 981-1231
～ふぁみりんぐ～ アレルギーっ子ママのための …お料理交流会…	2/25	中央公民館2F調理室 10:00～13:00(先着10組400円) 「卵・乳・小麦を使わない洋食レシピ」 アレルギーを持つ未就学児の親(託児有1人100円) 申込:2/13(水)～15(金)10時～13時 ココロの森へ	ココロの森 940-2810 サロン開催日の10時～13時
おやこde ダンスダンスダンス	3/25	中央公民館101・102 10:00～12:00(要予約) ダンスで思いっきり体を動かそう! 1歳～幼稚園生 詳しくは広報・ネットワーク通信を見てね	ココロの森 940-2810 サロン開催日の10時～13時
子育てサロン ふぁみりんぐ～開催日～	☆美南の風(児童館ワンダーランド内)☆ 1月…18日(金)22日(火)23日(水)24日(木)25日(金)26日(土) 29日(火)30日(水)31日(木) 2月…1日(金)5日(火)6日(水)7日(木)8日(金)14日(木)15日(金) 20日(水)21日(木)22日(金)23日(土)26日(火)27日(水)28日(木)		美南の風 982-3760 サロン開催日の10時～13時
	☆ココロの森(ココロ吉川内)☆ 1月18日(金)19日(土)22日(火)23日(水)24日(木)25日(金) 28日(月)29日(火)30日(水) 2月…5日(火)6日(水)7日(木)13日(水)15日(金)16日(土) 19日(火)20日(水)22日(金)26日(火)27日(水)28日(木)		ココロの森 940-2810 サロン開催日の10時～13時
◆WaWaWaネットワーク&中央公民館共催事業◆			
赤ちゃんサロン 「ゼロママ集まれ!」	2/27	中央公民館303・304 10:30～100円(20組要予約) 生後3か月～1歳未満までの第1子の親子 先輩ママに聞く! 子育てを楽しむコツ!! 講師:子育てネットワーク中島真由美さん	中央公民館 981-1231 毎月5日から受付
	3/27	中央公民館303・304 10:30～300円(20組要予約) 生後3か月～1歳未満までの第1子の親子 赤ちゃんとママのためのミニコンサート 講師:坂本雅子さん他(そよかぜ文庫)	
みんなでWaWaWa	2/21・3/21	中央公民館 10:30～100円(20組 要予約) わらべ歌・手遊び・読み聞かせ・グループトーク・他 2月…ひな祭り・3月…はらぺこあおむし	中央公民館 981-1231 毎月5日から受付
◆子育て支援センター◆			
るんるんコーナー	2/5・21 3/21	おあしす こども室 11:00～11:30(申込不要) 2/21・3/21は主任児童委員さんによる相談コーナーあり	子育て支援センター 984-6377
◆その他のイベント◆			
第一保育所 園庭・開放保育	1/21・28 2/4・18・3/4	9:30～11:00 10組(要予約)	982-0259
第二保育所 園庭・開放保育	1/21・28 2/4・25・3/11	9:30～11:00 10組(要予約)	982-5300
コピーブリススクールよしかわ (第三保育所) 園庭・開放保育	1/24・2/14 3/7	9:30～11:00 10組(要予約)	982-4878
青葉保育園 開放保育	毎週水曜日	10:00～11:00	982-4171



※アレルギー座談会・運営スタッフだより※



よしかわ子育てネットワークでは、アレルギーに悩む親子やアレルギーに関心を持たれた方が、
日頃の悩みやギモンなどを話し合ったり、情報交換などを目的とした座談会(サロン)を
月1回開催しています!♡ お子様とご一緒に、どうぞ気軽にいらしてくださいね♡

詳しい日程などは、上記の予定表をご覧ください。(サロンは予約不要、出入り自由です)

