

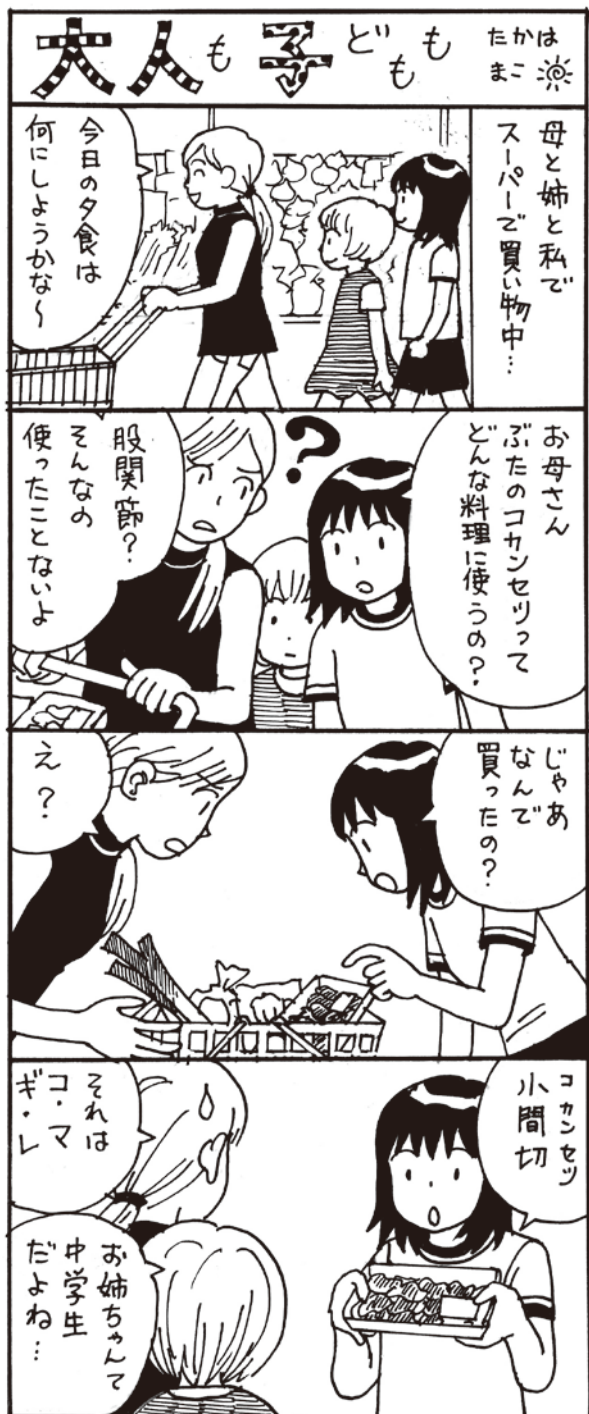
子育て支援情報

市役所こども育成グループから、子育て支援に関する情報を毎月1日号で、お知らせします。

支援情報

問合せ先 園こども育成グループ
☎52-1111(内線362)

No.100



O.Hさんからのエピソードです。

子育て・子育て支援情報が100回を迎えました

平成17年4月1日号から始まった、子育て・子育て支援情報が、今月号で100回を迎えました。これからも、子どもの子育て、大人の子育てに役立つ情報を提供していきます。

今回は「100」にちなんだ子育て豆知識を紹介します。

お食い初め(おくいぞめ)

お食い初めとは、生後100日目に、「一生、食べることに困らないように」と願いを込めて、子どもに食事のまねをさせる、お祝いの儀式です。地域によっては、「箸ぞろえ」「箸始め」「歯固め」「百日(ももか)」とも呼ばれ、方法もさまざまあるそうです。

Goはまキッズが行く! GOはままつり! レポート

6月29日に、市内子育て支援センター、子育て支援グループ合同のイベント「GOはままつり」が行われました。39組の親子がいきいき広場3階につくられた各コーナーで楽しく遊びました。イルカや魚などのお面を作って、魚に変身したり、プラバンのキーホルダー作り、ボールプールや輪投げで体を動かす遊びのコーナーなどがあり、中でも「おおきくなあれ」の紙芝居や手遊びは大好評でした。おやつに手作りの「フルーツポンチ」を食べて、ぶかぶか水に浮かべたおもちゃのアヒルや金魚をすくっておみやげにしました。暑い中、たくさんの参加をありがとうございました。

次回は冬に行う予定なので、ぜひ参加してくださいね。



カワラッキーの月変わりレシピ

こども食育マスコットキャラクターのかわら食人カワラッキーが、保育園の給食やおやつの作り方の一部を紹介します。ぜひ、家庭でもお子さんと一緒に作ってみてください。

◆大根のさっぱりサラダ

材料(3人分)

大根90g、胡瓜30g、人参15g、舞茸30g、みつば15g、A(醤油小さじ1、酢小さじ1強、砂糖小さじ1、油小さじ1弱、レモン汁少々)

作り方

- ①大根、胡瓜、人参は太めのせん切りにする。舞茸はほぐし、みつばは2cm長さに切る。
- ②①の野菜をさっとゆでて、水気を切る。
- ③Aの調味料を混ぜ、②を和える。

酢には、食品を傷みにくくしたり、肉を柔らかくしたり、疲労を回復してくれる働きがあるよ。

