

にじいろマザー通信

子育て支援
コーディネーターより

今年の立秋は8月7日ですが、ここを過ぎると暦の上で季節は秋に向かい、暑さも残暑という言い方になります。しかし、昨今は季節の変化も慌ただしくなりました。今年も春からひょう、大雨、洪水、猛暑と自然の猛威は恐ろしく、被害にあわれた地域の方もいらっしゃいます。

9月1日は「防災の日」です。安全安心に慣れてしまわず、いざという時に私たち大人は子どもたちの命をどう守るか、改めて考えなければいけないと思います。まずは家周りの点検、持ち出し品の準備、ご近所さんを知るなど、できることから始めてみましょう。

この夏、胃腸炎が流行ったり、7月なのにインフルエンザと診断されたという話を聞きました。お盆明け残暑がひと段落すると、夏バテにも注意が必要です。日ごろから手洗いの徹底と、十分な睡眠と栄養をこころがけ、意識して免疫力を高めたいです。また、ストレスとの付き合い方も大事です。上手に発散してくださいね。

季節の変わり目です。体調管理に気を配り元気に食欲の秋！（実りの秋、運動の秋・・・）を迎えましょう。



* 保育園や幼稚園、認定こども園についての情報や、公民館の親子ひろば、子育て支援センターや子育てひろば、そして観光スポットに至るまでの情報をまとめた【子育て支援情報ファイル】(A4サイズ黄色のファイル)を各子育て支援センター、子育てひろばに置きました。情報は更新していきます。ご自由にご覧になって、ご活用ください。

〇『ZUMBAで温泉ママリフレッシュ(於:あいそめの湯)』で、私たち子育て支援コーディネーターも託児のお手伝いをしたり、育児相談をお受けしたりしています。先月は笑顔でいてくれたあかちゃんが、今月は「ワン」と大泣き。人見知りが始まったのかな？泣き止んでニッコリしてくれる時や、ママと再会した時のホッとしたような顔が何ともいえません。

ZUMBAは毎月第3金曜日に行っています。

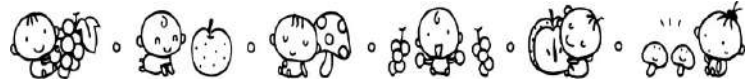
お問い合わせ、申し込みは
子育て・子育て支援課(23-5106)まで。

〇9月になると、幼稚園では来年度の入園申し込みが始まり、保育園も10月には来年度(H30年度)の保育園入園に関するガイドの配布が始まって、11月に入園申請になります。

4月からの新入園はもちろん、年度の途中での入園予約もこの秋の入園申し込みが必要です。毎年3歳未満児の年度途中の入園は難しいと言われていいますので、お子さんの入園をどうされるかご家庭で検討され、忘れずお申し込みください。

詳しいお問い合わせは、各園または
保育課:23-5132にお願いします。

また、子育て支援センター通信では各支援センターや子育てひろばの講座などのご案内と共に、各園の園開放情報もお知らせしています。お出かけ先のひとつとして、また入園前の情報収集としてご利用ください。



公立保育園給食レシピ集より、簡単にできるおやつレシピを毎月紹介していきます。



◇ じゃが芋もち ~新じゃがの季節ですね。作ってみてください。~

材料	幼児1人分	大人4人分	作り方
じゃが芋	60g	290g	①じゃが芋は適当な大きさに切ってゆで、熱いうちに つぶしてかたくり粉と混ぜる。 ②①を直径4cm位の筒状にし、1cm位の厚さに切る。 ③②を油を熱したフライパンでほんのりきつね色に なるように焼く。 ④小鍋にAを入れて火にかけ、ひと煮立ちしたら、水 とかたくり粉を加えとろみをつける。 ⑤③に④をかける。
かたくり粉	6g	30g	
砂糖	4g	19g	
水	8g	40g	
しょうゆ	3g	14g	
酒	1g	5g	
かたくり粉	0.5g	2g	
水	適量	適量	