



子育て支援コーディネーター通信



ふと気がつくと、ツツジや藤の花がきれいな季節になりました。早い場所ではアジサイや、つゆ草など梅雨の草花が見られるようになり、公園やお散歩など外遊びに気持ちの良い季節ですね。また、子育て支援センターや子育てひろば、公民館「親子の広場」もご利用ください。

公民館「親子の広場」



公民館では、親子が参加できる講座を開催しています。月に1～2回開催されていて、情報交換や交流の場にもなっています。

親子で一緒に工作をしたり、体を動かしたり、いろいろな楽しい企画が予定されています。0歳のお子さん向けの講座もあります。

開催の日時や内容は「子育てひろば情報(裏面)」や市ホームページにも掲載されています。また、直接公民館にお問合せいただいても大丈夫です。(参加費:親子1組1回ごとに100円)

〔親子の広場についてのご質問から〕

Q. 子どもが他のお子さんと同じことができなかつたらどうしようかと思うのですが、参加できますか。

A. 会場の雰囲気を感じたり、音楽を耳にするだけでもお子さんには大きな経験ですね。ぜひ参加してみてください。



ドライフラワーのリース

季節の工作が企画されている親子の広場もあります。

「転入者のつどい」を開催しています。

上田市に転入された子育て中の方やこれから出産される皆さんで、遊び場や病院、日頃の過ごし方などを気軽に話したり聞いたりする集まりを2か月に1度開催しています。

上田市の「子育て応援ハンドブック」についてもご紹介します。

4月の開催では、これから上田市に転入予定のご家族も参加していただきました。

上田市子育て応援ハンドブック2023



<アンケートの感想より>

- ・同じ気持ちの方と話せてよかった。
- ・久しぶりに他の方とコミュニケーションが取れてよかった。気分転換になった。
- ・日頃の悩みを共有できた。など

 お子さんは同じ会場内にあるおもちゃで遊んだり、ママやパパのところにいたり来たりしながら自由に過ごせます。

<次回の開催日>

開催日: 6月27日(火) 申込み6/13(火)～

時間: 10:00～11:30(受付9:45～)

場所: ひとまちげんき・健康プラザうえだ
2階「多目的ホール」

申込先: TEL 0268-75-2416

子育て支援コーディネーター



暑い日が増え少し冷たいものが欲しくなってきますね。

「水ようかん」が簡単に作れるのをご存知ですか。

材料は市販の粉寒天とあんこ(つぶあんでもこしあんでもお好みで)と水のみ。

基本は鍋に入れた水に粉寒天を溶かし、火にかけてすっかり粉寒天が溶けたら火を消し、あんこを加えゆっくり混ぜながら溶かすだけ。

ゼリーの空き容器などお好みの容器に入れ、あら熱が取れた後、冷蔵庫で冷やしたら出来上がり!

<分量の目安2～3人分>

- ・粉寒天・・・2g(小さじ1)
- ・あんこ・・・200g
- ・水・・・200ml

※少し水を増やすと柔らかめになります。また、お砂糖や塩を一つまみなど、家族の好みで調整してみてください。(^^)