

地域の子育て応援します

2019年 **2月号** VOL.109

子育てのひろば（0～3歳の子どもと保護者対象）



# 貫井ぴよぴよだより

〒176-0021 練馬区貫井 3-25-15 ☎(03)3577-9820

mail : nukui-kodomo-center@bz03.plala.or.jp



妊婦さんも  
どうぞ!

<p><b>貫井ぴよぴよ見学会</b> 2月12日(火) ※各回 30分程度 ①10:30~②15:00~ 是非、この機会に遊びにきてください。お待ちしております。</p>	<p><b>ふたばちゃんの会</b> 2月28日(木) 10:30~13:00 対象：妊婦さん~18歳までの多胎児のお子さんと保護者 持物：お弁当 申込：貫井ぴよぴよに電話またはスタッフまで</p>	<p><b>助産師さんの話</b> 2月28日(木) 14:00~15:00 「卒乳の話」 対象：8ヶ月以上のお子さんと保護者 定員：20組 ※2/4(月)受付開始 申込：貫井ぴよぴよに電話またはスタッフまで</p>	<p>《春物》お下がり交換会 2/8(金)~2/27(水) 着られなくなった服を持ってくるだけでも、もらうだけでもOK! ●交換できるもの ・子ども服全般 ※清潔で破損の少ない物 ●交換出来ないもの ・大人用の服・おもちゃ</p>
<p><b>栄養士さんの話</b> 2月19日(火) 14:15~15:15 「離乳食について」 区立保育園の栄養士さんがお話します。</p>			

## 2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
<p>・災害対策のため、ぴよぴよでは月に一度避難訓練を行っています。 ・貫井ぴよぴよホームページへつながります。→ </p>					1 3月分 一時預かり 受付開始 9:30~	2
3 ひろば休み	4	5	6 長島さん コンサート 11:00~11:30	7 ひろば休み	8 <b>春物</b> お下がり交換会 ⇒27日まで	9
10 ひろば休み	11 わくわく絵本 15:00~15:30	12 見学会 10:30~ 15:00~ 身体計測	13	14 ひろば休み わかばちゃんの会 14:00~15:00 ※事前申込	15 プラレール 9:30~11:30	16 つむ木
17 ひろば休み	18	19 栄養士さんの話 14:15~15:15	20 避難訓練	21 ひろば休み のびのびひろば 10:00~15:00	22	23
24 ひろば休み	25 身体計測	26	27 プラレール 9:30~11:30 <b>春物</b> お下がり交換会 ←終了	28 ひろば休み ふたばちゃんの会 10:30~13:00 ※事前申込	助産師さんお話 14:00~15:00 ※事前申込	

### わかばちゃんの会（毎月第2木曜日14:00~15:00）

妊婦さん~6ヶ月位までの赤ちゃんと保護者を対象としたお話をしています♪  
ぴよぴよに遊びに来たことのない方、ひろばがお休みの木曜日にゆっくりおしゃべり  
しませんか?パパの参加もお待ちしています。定員8組です。  
申込は貫井ぴよぴよに電話またはスタッフまで。(03-3577-9820)



## ある日のひろば

“年末の祝日”良く晴れた日の午前中の事です。続々とパパと子どもたちが来所しました。ほんのひと時ですが、ひろばがパパとその子どもたちだけになる事がありました。偶然だったので絵本「ぴょーん！」の世界を楽しむ一瞬を“パチリ”。



パパ・ママ・ジジ・ババ・みーんな大歓迎です。

## ベビー&キッズマッサージ 12月28日

毎月第4の週に15分程度、資格を持ったスタッフがマッサージを楽しく教えてくれます。日時は貫井びよびよ掲示板に第3週目頃貼りだしますのでご確認ください。



## 親子で出来る骨盤体操 1月8日

親子一緒に講師に動きを教えていただきながら骨盤体操を行いました。授乳も終わりそろそろ自分の身体が気になってた頃に聞いて良かったです。と感想がありました。



## 一時預かり室より



- ・靴はブーツやサンダルを避け、歩きやすい運動靴を靴下を履いて履かせてください。
- ・チュチュなどのスカートはハイハイがしにくく、物にひっかかるなど危険な事もあります。動きやすい服装をお願いします。
- ・一日の寒暖差が激しい時期です。調節のしやすい服装でてください。
- ・水分は多めに、食べ物は食べ慣れた物をすぐに食べられる状態でお持ちください。
- ・持物には全てお名前を書いてください。
- ・ホクナリンテープ(気管支拡張剤)を使用しているときは、入室時に必ず保育士に伝えてください。
- ・感染症の病気に罹患中や予防接種後は、ご利用をお控えいただくよう、ご配慮をお願いします。
- ・お迎えに遅れる事が重なりますと次回の予約をお断りする事もあります。

きいてきいて



## 「リメイクメニュー」 Rくんのママより

### 〇肉じゃがコロケ〇

残った肉じゃがを細かくつぶしてグラタン皿に敷き詰めて、パン粉をのせてオープンへ。焼き色がついたら、ソースをかけて完成。

### 〇肉じゃが(orハンバーグ)オムレツ〇

残った肉じゃががハンバーグをつぶして、卵で包んで焼いて、ケチャップをかけて完成。

## 「簡単ご飯」 Aちゃんママより

### 〇人参スティック〇

大人用のご飯を炊く時に一緒に人参を入れると柔らかいです。南瓜やさつま芋でも！アルミホイルにくるめば、ご飯に色もつきません。

### 〇フワフワハンバーグ〇

山芋(すりおろす)、ひき肉(鳥、豚)、卵、野菜(みじん切り)、片栗粉を混ぜて焼くとフワフワなハンバーグになります。ひき肉は魚でも美味しいです。山芋の量を少なくして、お湯に落とせば肉団子にもなります。

### 〇高野豆腐の粉〇

高野豆腐をもどさず、すりおろすと粉状になるので手軽にタンパク質と鉄分をプラスできます。納豆と片栗粉と高野豆腐の粉を混ぜて焼けばおやきにも。

### 〇軟飯海苔サンド〇

海苔に軟飯を敷き海苔を重ねてハサミで切ると楽チン。海苔が飲みこめない子には、海苔をおろし金に押し付けると噛み切れるようになります。

## 「リメイクパンツ」 Kくんのママより

- ①レグウォーマーを長さ半分の所まで縦に切り込みを入れる。
- ②中表に組み合わせる。
- ③U字になる様にロックミシン、又はジグザグミシンで股上を縫い合わせて出来上がり。



## 事務室より



- 《乳幼児一時預かりキャンセルによる還付の手続きを年度内 **3/28(木)迄** にお願ひします》
- 予約後、キャンセルされた方は、**3/28(木)迄**に還付の手続き(払い戻し)を以下の書類を持参の上、当センターまでお越しください。
- ①利用申請書
  - ②領収書の控え
  - ③銀行口座の分かる物
  - ④認印(シャチハタ不可)

## 貫井びよびよひろば(12月1日~12月28日まで)

保護者	0歳	1歳	2歳	3歳	子ども計	一日平均利用人数
796	237	368	172	88	865	83.1

貫井びよびよだよりは特定非営利活動法人手をつなごのホームページでご覧いただけます。

貫井子ども家庭支援センターは練馬区から委託を受け、特定非営利活動法人手をつなごが運営しています。