

～簡単クッキング!～

★ 作ってみようのコーナー ★

さつまいもの
ミルクプリン風

【材料】

- さつまいも…………… 1cm厚さの輪切り1枚
- 焼き麩…………… 1個
- 湯で溶いた粉ミルク…………… 大さじ2

【作り方】

- ① さつまいもは皮を厚くむき、水にさらしてから柔らかく茹でてつぶしておく。焼き麩はすりおろしておく。
- ② 小鍋に①、粉ミルクを入れてとろとろになるまで煮る。



MILK

アレルギー食材：
粉ミルク(牛乳)、焼き麩(小麦)

さつまいもの
蒸しケーキ
3個分

【材料】

- さつまいも…………… 1cm厚さの輪切り1枚
- 絹ごし豆腐…………… 25g
- 水…………… 大さじ1と2/3
- ホットケーキミックス…………… 50g

【作り方】

- ① さつまいもは皮を厚くむき、水にさらして固めに茹でて小さめの角切りにしておく。
- ② 豆腐は滑らかになるまで泡だて器でつぶしてから水を加えてさらに混ぜる。
- ③ ②にホットケーキミックスと①を入れてよく混ぜ合わせ、器に入れる。
- ④ 蒸し器に③を入れて約10分蒸す。



アレルギー食材：
豆腐(大豆)、ホットケーキ
ミックス(小麦、牛乳)

【レシピ監修】 国立病院機構福岡病院小児科 日本アレルギー学会指導医・専門医 医学博士 柴田瑠美子氏 【レシピ提供】 九州電力さん

わらべうたの紹介

じごくごらく

【あそび方】

大人は子どもを抱っこして、左右に揺れる。

最後に子どもを『たかいたかい』したり、別の大人に渡す。(例えば/VVからママに)

じごくごらく



じ じ ぐ ぐ ろ ろ く えんまさんの まえで おきょうを よんで はりの やまへ とんでいけ *子どもが心地よさを感じる程度に揺れたり、持ち上げたりしましょう。

1 じごく〜おきょうをよんで
表情を見ながら左右に揺らす。



2 2はりのやまへ とんでいけ
「たかいたかい」の要領で子どもの
身体を上げる。



八代市5子育て支援センター お近くのセンターをご利用ください

八代市子育て支援センター (豊原上町・高田東部保育園内)

TEL 31-7468

八代市南部子育て支援センター (三江湖町・ひので保育園内)

TEL 33-2393

八代市北部子育て支援センター (高小原町・しらぬい保育園内)

TEL 34-1056

八代市ひまわり子育て支援センター (井上町・ひまわり保育園内)

TEL 34-7008

八代市鏡子育て支援センター (鏡町両出・文政保育園内)

TEL 52-1219

お気軽に
お問合せください



子育て通信 も あ い No.203.

2024年 (令和6年) 9・10月号

MOAI

～子どもは 宝 みんなで子育て～

八代市委託事業
八代市南部子育て支援センター
(ひので保育園内)
〒869-5163 八代市三江湖町1427
TEL 0965-33-2393
080-4694-2534 (支援センター携帯)

7月・8月のひろばの様子

お名前入りのロゼット作りではそれぞれに、かわいい作品が出来上がりました!

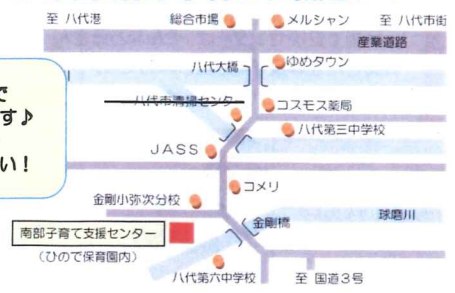
助産師さんによるベビーマッサージもありました♡

外での水遊びも、室内遊びも、たくさん楽しんだ夏でした♪

マタニティ smile ひろばでの、お試し整体やスタイ作りもありました。産前・産後のママが利用できます。



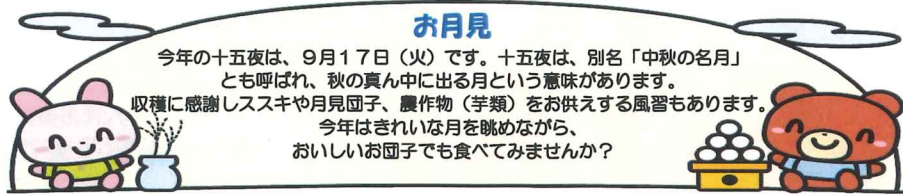
八代市南部子育て支援センター



室内や園庭で
たくさん遊べます♪
親子ぜひ
お出かけください!

ゆめタウン横の大橋を渡って道なりに行きます。コメリを過ぎたカーブを右に曲がり、まっすぐ行くとひので保育園が見えてきます。園内の黄色い建物が南部子育て支援センターです。
お車は園の前の駐車場をお使いください

〒869-5163 八代市三江湖町1427 ☎33-2393



お月見

今年の十五夜は、9月17日(火)です。十五夜は、別名「中秋の名月」とも呼ばれ、秋の真ん中に出る月という意味があります。収穫に感謝しススキや月見団子、農作物(芋類)をお供えする風習もあります。今年はきれいな月を眺めながら、おいしいお団子でも食べてみませんか?

月	火	水	木	金	土
2. スマイルひろば	3. 育児講座 ベビーマッサージ	4. スマイルひろば	5. 育児講座 おもちゃの広場	6. 赤ちゃん スマイルひろば	7. 元気っこひろば
9. スマイルひろば	10. 赤ちゃん スマイルひろば	11. スマイルひろば	12. マタニティ smile ひろば	13. 赤ちゃんの あそび方講座	14.
16. 敬老の日	17. 赤ちゃん スマイルひろば	18. スマイルひろば	19. 麦島 スマイルひろば	20. 赤ちゃん スマイルひろば	21.
23. 秋分の日 振替休日	24. 赤ちゃん スマイルひろば	25. みんな de かたろうかい	26. 代陽 スマイルひろば	27. *研修のため ひろばはお休みです	28. 元気っこひろば
30. スマイルひろば	<p>赤ちゃんの遊び方講座(9/13)について 麦島コミュニティセンターの和室にて、あそび方講座を開きます。赤ちゃんとの関わり方のコツをお伝えします。10:00~11:30 定員5名程度です。お申し込みはセンターまでお願いします。</p>				



おでかけひろば(10/30)について
 みんなで、親子育て支援センターで行われる、助産師さんたちによる「いいおさんの日」に遊びにいきます。詳しくはセンターにてお知らせいたします!

元気っこひろば(ハロウィンの日)(10/31)について
 ひろばの中で、写真撮影ができます。ぜひ、おしゃれして遊びに来てください! センターにあるハロウィンのアイテムも貸し出しいたします。みんなで撮影会しましょう♡

月	火	水	木	金	土
1. 赤ちゃん スマイルひろば	2. スマイルひろば	3. 元気っこひろば	4. 赤ちゃん スマイルひろば	5.	
7. スマイルひろば	8. 赤ちゃん スマイルひろば	9. スマイルひろば	10. マタニティ smile ひろば	11. 赤ちゃん スマイルひろば	12.
14. スポーツの日	15. 赤ちゃん スマイルひろば	16. スマイルひろば	17. 麦島 スマイルひろば	18. ミニミニ うんどうかい	19.
21. スマイルひろば	22. 赤ちゃん スマイルひろば	23. スマイルひろば	24. 代陽 スマイルひろば	25. 赤ちゃん スマイルひろば	26. 元気っこひろば
28. スマイルひろば	29. 赤ちゃんの 手形作り	30. おでかけひろば	31. 元気っこひろば (ハロウィンの日)		

9月・10月の育児講座

ベビーマッサージ
 講師: 西田 祥子氏 (月助産院)
 助産師さんによるベビーマッサージです。
 親子の心地よいふれあいタイムを過ごしませんか?
 日時: 9月3日(火) 10:00~11:30
 場所: 南部子育て支援センター
 *バスタオルをご用意ください
 *参加費100円(クリーム代です。当日集めます)
 *定員5組
 *事前の予約が必要です。

おもちゃの広場
 講師: 木原 有紀さん(おもちゃコンサルタントマスター)
 木原さんをお迎えして、おもちゃ選びのポイントなどを教えていただき、実際にひろば内で遊ぶことができます。
 癒しの楽器「ライアー」の演奏もありますよ!
 日時: 9月5日(木) 10:00~11:30
 場所: 南部子育て支援センター
 *定員10組
 *事前の予約が必要です。

南部子育て支援センター
ミニミニうんどうかいについて
 ひろば内で、ミニミニうんどうかいをします。ハイハイ競争やかけっこ、玉入れなどをはじめ、ちいさな子どもでも、親子で楽しめる内容を考えています。詳しくはセンターにて、おたずねください。
 日時: 10月18日(金)
 10:00~11:30
 場所: 南部子育て支援センター
 *事前の予約が必要です。

マタニティ smile ひろば

助産師: 西田祥子氏
 子育て支援センターってどんなところだろう? 赤ちゃんが生まれてから、困ったときはどうしよう? そんな時に、助産師さんやセンタースタッフ、知り合ったお母さんなど、頼れる人がいると心強いですね。お話だけでも大丈夫です。体調がいい時に遊びに来てくださいね。産後のお母さんもうぞぞ!!
 日時: 9月12日(木) 9:30~12:00
 10月10日(木) 9:30~12:00
 場所: 南部子育て支援センター
 *材料費200円(スタイを作る人)
 *お試し整体1000円
 *一週間前までにご予約ください。
 *定員5組
 Tel: 080-4694-2534(支援センター携帯)

みんな de
かたろうかい

第3回目はフリートーク! 日頃思っていることや聞いてほしいことなど、お茶しながら、自由に語り合しましょう!
 日時: 9月25日(水) 10:00~11:30
 場所: 南部子育て支援センター
 *事前の予約が必要です。

赤ちゃんの手形づくり

紙粘土に赤ちゃんの手形をとって、色塗りでまをさせていただきます。乾いたら、ニスで塗って、1~2週間後に作品をお渡しします。
 日時: 10月29日(火) 9:30~
 場所: 南部子育て支援センター
 *材料費 250円(粘土代)
 当日集めます。
 *定員5組です。
 *事前の予約が必要です。

ひろばのご案内

時間内はいつでもご利用いただけます。初めての方、久しぶりの方は一度お電話ください。育児講座やコミュニティセンターでの手作りおもちゃ講座は予約が必要です。

スマイルひろば	午前 9:30~12:00 午後 13:00~15:00	1歳以上(歩行が安定してから)の親子ひろば
赤ちゃんスマイルひろば		0歳から歩行が安定するまでの赤ちゃんの親子ひろば
元気っこひろば	9:30~12:00	年齢関係なく、親子が自由遊べるひろば
麦島スマイルひろば	10:00~11:30	麦島コミュニティセンターでの手作りおもちゃ講座 *要予約
代陽スマイルひろば		代陽コミュニティセンターでの手作りおもちゃ講座 *要予約
子育て相談	月~金(9:30~16:00)	ひろば内での相談やお電話でも大丈夫です。