



紫波町子育て応援センターしわっせ

すまいる 2月号

平成 29年 1月発行

〒028-3318 岩手県紫波郡紫波町紫波中央駅前二丁目 3 番地 3

オガールプラザ2階 紫波町子育て応援センター「しわっせ」

☎019-671-2200 fax019-671-2202

ひろば開所：月～土曜日 9：00～16：00（日・祝祭日はお休み）

気温が低く乾燥した日が続いています。暦の上では春ですが、岩手はこれからが寒さの本番。。
風邪やインフルエンザの流行もまだまだ油断できませんね！うがいや手洗いをしっかり行い、
規則正しい生活を心がけ、予防に努めましょう。

今 月 の 予 定

■おたのしみ会 2月3日(金)

時間：10:30～11:00 頃まで

場所：情報交流館 大スタジオ

※いつもと会場が違います。間違えないでね！

内容：節分にちなんだお話をします。

対象：就学前のお子さんなら自由に参加できます。

予約不要。

去年の鬼は
ちょっと怖かっ
たね(笑)



■2月生まれのお誕生カード作り 2月6日(月)7日(火)8日(水)

時間：9:30～10:30

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：お誕生カード作り

対象：2月生まれのお友達。予約不要。



■音に親しもう♪ 2月21日(火)

時間：10:00～11:00 頃まで

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：音楽療法士の智田邦徳先生と一緒に、「音」遊びを楽しみましょう！

対象：就学前のお子さんなら自由に参加できます。予約不要。

■レッツゴー★広場 IN 中央公民館 2月27日(月)

時間：9:30～11:20 頃まで。(現地集合)

場所：紫波町中央公民館(紫波町日詰字下丸森 24-2 ☎672-3372)

内容：中央公民館を利用して「ひろば」を開催します。虹の保育園子育て支援センターとの合同広場です。お友達とたくさん遊ぼうね！

対象：就学前のお子さんならどなたでも参加できます。予約不要



■親子運動遊び講座 2月28日(火)

時間：10:00～11:00 頃まで

場所：サンビレッジ紫波・軽運動場

内容：紫波町体育協会より講師をお招きし、年齢に合った運動遊びや触れ合い遊びを教えてください。

対象：概ね2歳から2歳6か月までのお子さんと保護者。

予約制先着 10組。(2月21日(火)締切。)



ご家族がインフルエンザに罹っている方は、しわっせの利用を控えて頂くようお願いいたします。感染拡大を防ぐ為にも、ご理解とご協力をお願い致します。



ジンジャー&セサミクッキー

☆しょうがのにおいが苦手な子も、ゴマと一緒に香ばしいクッキーにするとおいしく食べられるよ！

*材料

- ・バター…90g
- ・卵…1と1/2個
- ・しょうが…15g
- ・砂糖 …100g
- ・小麦粉 …270g
- ・黒ゴマ …30g
- ・白ごま …30g

*作り方

1. しょうがをすりおろす。
2. ボウルにバターを入れ、泡だて器でクリーム状になるまで練り、砂糖を加えてよく混ぜ合わせる。さらに溶き卵と1を加えて混ぜ、小麦粉を加えてゴムベラで混ぜ合わせたら、生地を半分に分けて、一方に黒ゴマ、もう一方に白ごまを加えて混ぜ合わせる。
3. 打ち粉をしてからめん棒で5mm位の厚さに伸ばし、クッキーの型で抜く。
4. 150℃に熱したホットプレートに並べて片面を3分程焼き、裏返して2～3分焼く。



*食材まめ知識・・・しょうが

しょうがは、薬効のある食材として昔から重宝されてきました。血行をよくして体を温めたり、風邪や冷え症の予防に効果的で、特に寒い時期におすすめの食材です。また、殺菌効果も高く、寿司にガリが添えられるのは食中毒を防ぐためだとか(*^_^*)。



節分

もともと節分は、年に4回ある季節の分かれ目（立春・立夏・立秋・立冬）のことです。冬から春に変わる節目である立春は、旧暦では1年の始まりだったため、その前日の節分は特に大切にされてきました。近年では、その年の干支によって定められる最も良いとされる方角（恵方）をむいて、太巻きを食べるのも恒例となっています。今年の恵方は北北西です！



～子どもが育つ魔法の言葉～



**あるがままの子を受け入れ 慈しみ 誉める
それが子どもを愛すること**

**たとえ 悪い事をしたとしても 悪い子だと
ダメな子だと決めつけないでください。
その子の良いところに気づいてください。
親の愛は、一生涯、子どもの心を支えるのですから。**

著者：ドロシー・ロー・ノルト

発行：PHP研究所

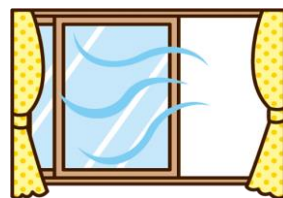
寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩くと、転倒した際に手をつくことが出来ず大けがになる恐れがあり危険ですね。

ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



しめきったお部屋には、ダニ・カビ・細菌がウヨウヨ～。ウイルスは乾燥した所が大好きです(*)。こまめに空気の入れ替えをして、バイキンを追い出そう！！

1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう

