



紫波町子育て応援センターしわっせ

すまいる 3月号



〒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・祝日はお休み）



たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。この一年で心も体も大きく成長した子どもたち。4月から新生活がスタートするお友達も多いと思います。スムーズなスタートが切れるよう、生活習慣も見直していきましょう。

今月の予定

●おたのしみ会 3月3日(火)

時間：10:30～11:00頃まで
場所：子育て応援センターしわっせ
内容：歌や手遊び、楽しいお話をします。
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。

●3月生まれのお誕生カード作り

3月10日(火)11日(水)12日(木)

時間：9:30～10:30
上記時間内にいらして下さい。
作製時間は10分程度です。
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：3月生まれのお友達。予約不要。

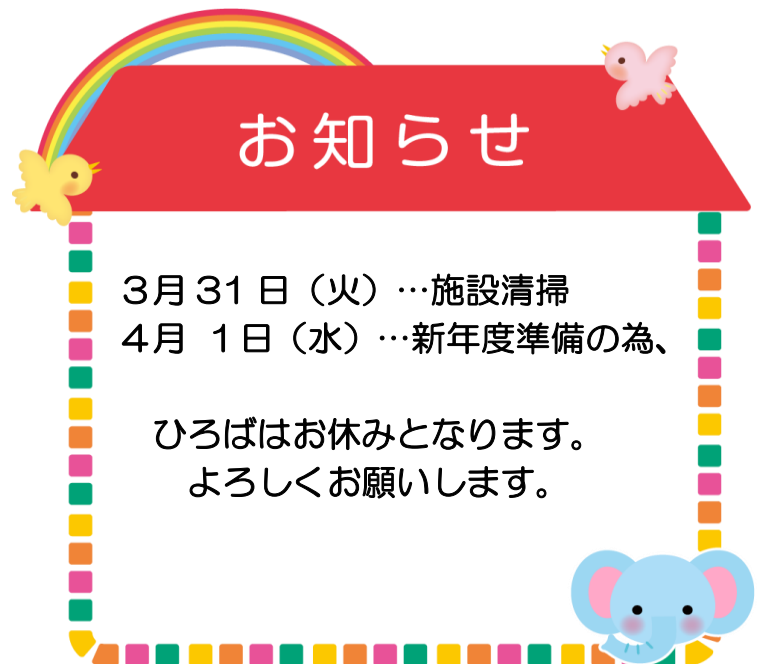
●レッツ☆ゴー広場

～赤沢公民館～ 3月13日(金)

時間：9:30～11:20頃まで（現地集合）
場所：紫波町赤沢公民館 和室
（紫波町赤沢字駒場2-2 ☎676-3036）
内容：赤沢公民館を利用して「ひろば」を開催します。みんなでたくさんあそぼうね！赤沢地区にぜひ一緒に行ってみましょう！
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。



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。感染拡大を防ぐためにも、ご理解とご協力をお願い致します。



お知らせ

3月31日(火)・・・施設清掃
4月1日(水)・・・新年度準備の為、

ひろばはお休みとなります。
よろしく申し上げます。



ほくほくのタラがおいしい

タラの千千ミ



<材料> 4人分

- ・タラ …3切れ
- ・にら …1/3
- ・にんじん …1/2
- ・小麦粉 …100g
- ・水 …100ml
- ・ごま油 …大さじ1



<作り方>

- ① 切り身に塩をしてさっと洗い、水気を切る。
- ② ぬれた手に塩をつけ、切り身をまんべんなくたたくように塩をして10分おき、ペーパーで水気をとる。
- ③ ②を1cmの粗みじん切りにする。
- ④ にらは約2cmの長さ、にんじんはせん切りにする。
- ⑤ ボウルに小麦粉、水を入れよく混ぜ、③と④も入れて混ぜ合わせる。
- ⑥ フライパンにごま油を入れ、両面焼き色がつくまでよく焼く。
- ⑦ 好みで、みりんと酢としょう油を混ぜ合わせたたれを塗る。

タラは、味がしみ込みやすく、高たんぱく・低カロリーの魚です。さっぱりしているので、離乳食はもちろん、魚が苦手な子どもも食べやすい魚です。

参考図書：メイト「いただきます ごちそうさま・冬号」

就園・進級を控えて



気持ちが不安定になる時期です



新年度を迎え、多くの子どもたちが「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。指しゃぶりや爪かみ、チックやどもりなど、今まで見られなかった症状が急に始めたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。

参考図書：学研「保健だより 12か月」



一時預かりについてのお知らせ

家庭状況の変更やお子さんの成長(アレルギーや既往歴など)の確認が必要であるため、**一時預かりの登録は一年毎になります。**令和2年度一時預かりを利用したい方は、再び申請・面接を受けてからの登録となりますのでよろしくをお願いします。また、4月に利用したい方はお問い合わせください。(一時預かりは満1歳から就学前の町内のお子さんが対象です。)



一年間ありがとうございました

今年度もたくさんの方に利用して頂きました。ありがとうございました。4月から幼稚園や保育園に入園するお子さんも多いと思います。新しい生活がスタートしますね(*^。^*) 来年度も様々なイベントを、皆さんで楽しみたいと思います。よろしくをお願いします。



しわっせ職員一同