PAOPAO TAYORI

子育てひろば ぱおぱお

小金井市　東児童館
小金井市東町4-25-7
TEL　042（383）1177

2020年　1月

月	火	水	木	金	土
2020年もよろしくお願いします。		1 祝日	2 休館日	3 休館日	4 休館日
6	7	8	9	10	11 午前中は清掃のため午後1時から
13 祝日	14 思春期相談	15	16 おはなし会	17	18 おとうさんもいっしょ
20 誕生日会	21 手遊び	22	23	24 子育て相談	25
27 リズム遊び	28	29 名札講習会	30 りさいくる	31 休館日（館内整理日）	

おたのしみタイム　午前11時～11時20分

- **16日（木）おはなし会**
  よみきかせ、手あそびなど
  協力：くりの実文庫
- **20日（月）1月の誕生日会**
  ＊誕生月のお子さんは、写真を撮りますので、早めにきて下さいね！
  ＊誕生日会の後は会食及び幼児食に関する相談会
  「冬野菜の煮物」参加費：50円
  持ち物：幼児用フォーク
  講師：雀部かおりさん
- **21日（火）手遊び　協力：チームあいあい**

会食は正午まで

おとうさんもいっしょ



- **18日（土）午前10時30分～11時30分**
  おとうさんも一緒に楽しめるイベントです。
  お母さんだけでの参加も大歓迎です！

1月6日（月）から開館しています

リズム遊び

- **27日（月）当日受付　各クラス15組**
  とことこクラス　午前10時30分～（40分程度）
  よちよちクラス　午前11時15分～（30分程度）
  ＊お子さんの発達にあわせてご参加ください。
  講師：若尾裕子さん

名札講習会

- **29日（水）午前10時～正午**
  ひろばで使う名札を手作りしましょう。
  ＊募集　10人
  ＊材料費　180円
  ＊保育あり
  ＊申込み　12月20日～27日（電話可・多数抽選）
  ＊発表　1月7日　午前10時～　ひろばにて
  協力：ちょきちょき、チームあいあい

親子できてね♪

りさいくる



- **30日（木）午前10時30分～正午**
  乳幼児に関する不用品の交換会です、当日お持ちください。
  ＊残ってしまった物はお持ち帰りいただくこともあります。

☆12月28日（土）は館内整理日、30（月）から1月4日（土）は年末年始のお休みとなります☆

★ 第2土曜日午前は清掃の日　午後1時からの開場になります

ぱおぱお開場時間　月～土　午前10時～午後4時

2020年
1月

専門相談

２４日(金)子育て相談　午前10時～午後1時　臨床心理士
１４日(火)思春期相談　午前10時～午後1時　臨床心理士
お子さんの成長で気がかりな事、ご自身のもやもや等、何でもご相談ください。

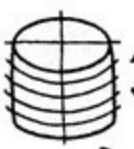
※事前予約、電話可

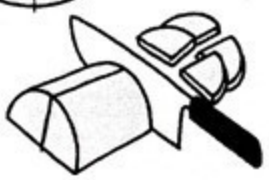
会食 メニュー　『 冬野菜の煮物 』

材料（幼児6人分　もしくは　大人4人分）

大根　・・・500グラム
にんじん　・・・150グラム
サラダ油・・・大さじ1
だし汁　・・・1と1/2カップ
砂糖　・・・大さじ1
しょうゆ・・・大さじ1







☆子育てひろば「ぱおばお」では食育の一環として、季節感のある会食のメニューを提供しています。

作り方

（下ごしらえ）

大根・にんじんは皮をむき、1cm幅の半月切もしくはイチョウ切りにする。

① 鍋に油を熱し、中火で大根・にんじんを炒める。
② だし汁・砂糖・しょうゆを加え、弱火にしてふたをして10分煮る。
③ ふたを取ってさらに煮汁が少なくなるまで煮る。
（好みの濃さに煮詰める）

ひとことメモ



根菜類のおいしい季節です。子どもたちにもしみじみとした煮物をあじわってもらいましょう。根菜自体にも甘味がありますから、食も進みます。
柔らかく煮てあれば、少し大ぶりに切って噛みごたえを与えた方がよいでしょう。噛むことであごの発達にもつながります。
また根菜は身体を温める食材と言われていますので、食べて元気になりましょう！

メニュー監修　雀部かおりさん(元保育園栄養士)

このたよりは東児童館HPでご覧になれます。

ホームページにとべます