

秋

2023 子育て通信 Vol. 85

【編集】

宝塚市子ども未来部
子ども家庭室
子ども家庭支援センター
〒665-0867
宝塚市売布東の町 12-8
Tel. 0797-85-3862

インデックス

- P1:【秋を見つけに出かけよう】
- P2:【親子育てグループ紹介】
- P3:【さつまいもピザ】【絵本紹介】
- P4:【講座紹介】



秋の自然は木の実や落ち葉など、たからものがいっぱい。手作りのお散歩バッグを持って、秋を見つけに出かけませんか！

秋を見つけに出かけよ～！

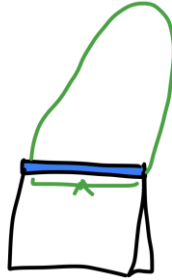
お散歩バッグの作り方

<材料>

- ジッパー付き袋(スライダー式が便利です)
- ペン、シール、マスキングテープ
- ひも、穴あけパンチ

<作り方>

- ジッパー付き袋にペンで絵を描いたり、シールなどを貼ったりする。
- 穴あけパンチで穴を2か所開ける。
- 穴にひもを通し、ひもの先端を結んだら出来上がり。



どんな秋が見つかるかな？
お散歩バッグに集めて
みよう！



子ども家庭支援センターは
地域子育て支援拠点事業を
行っています。

きらきらひろば

親子育てグループへの支援

産後育児支援ヘルパー派遣事業

年齢別子育て講座の開催

子育て情報の提供

就学前子育て相談

(平日 9:00-17:30)

★専用電話

0797-85-3865

きらきらひろば

プレイルームは、市内在住の0歳～概ね3歳の未就園児と保護者が自由に遊べるスペースです。(妊婦さんも可)授乳室もあります。また、プレイコーナーで3歳から未就学児と保護者が遊べます。

平日10時～正午と13時～17時

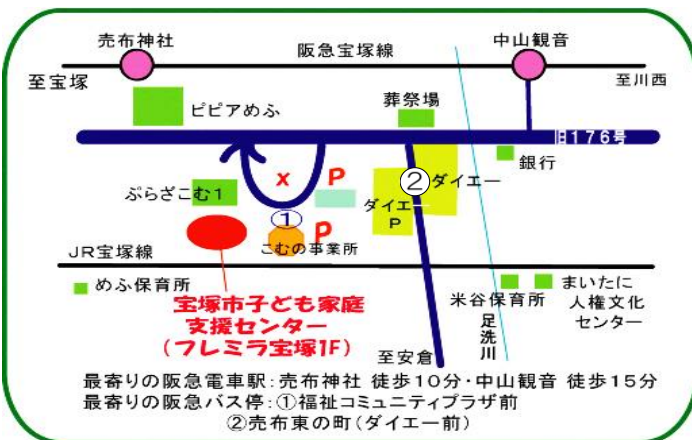
(土日祝日、第1・3火曜日、年末年始以外)

※プレイコーナーでは土日祝(9～17時)も遊べるようになりました！

《ひろば相談》

	相談者	予定	時間
育児相談	ひろば保育士	随時	10:00～12:00 13:00～17:00
	子どもだてサポート ひかり 相談員	9/25、10/16 11/13、12/18(月)	14:00～15:00
妊娠・授乳・ 卒乳・離乳食 (栄養)相談	助産師と管理栄養士	9/6、10/4 11/1、12/6(水)	10:30～11:30
		9/13、10/11 11/8、12/13(水)	14:00～15:00
発達相談	子ども発達 支援センター	理学 療法士	9/7(木) 14:30～15:30
		言語 聴覚士	11/17(金) 10:30～12:00
看護師 ミニ講座	阪神北広域 こども急病センター 看護師	9/20(水)	14:00～15:00

※都合により、日時を変更することがあります。



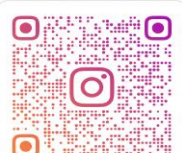
宝塚子育て・子育てガイド
「たからばこ」
2023・2024年版
宝塚市 HP の ID
1000570



「きらきら子育て
LINE」
妊娠から3歳までの
お子さんの成長に関
する情報をお届けし
ます



「Instagram」
宝塚市の子育て支援情報に
ついて投稿しています
第1・3火曜 10:30からの
ライブ配信もぜひ見てくだ
さいね♪



©TAKARAZUKA_KOSODATE

お友達の輪を
広げたい！

育児や地域の情報
交換をしたい！

外出して気分転換
したい！

親子育てグループであそぼう♪ Part.1

お気軽に見学からはじめてみませんか。今回と次回で13グループをご紹介します。

見学ご希望の方は子ども家庭支援センターへご連絡ください！

☎お申し込み・お問い合わせ先

0797-85-3862(宝塚市子ども家庭支援センター)



それぞれのグループ
についての詳細は
QRコードからご覧
ください。

【サンタくらぶ】(小浜・売布・長尾小校区)

- *活動場所 まいたに人権文化センター
- *活動日時 毎週金曜日 10:00~12:00
- *PR*

季節ごとの工作やイベントをしたり親子で一緒に遊んだりしながら育児の情報交換をして、子育てをみんなで楽しんでいきます。見学は2回まで無料です。

【いきいきママーズ】(長尾・長尾台小校区)

- *活動場所 平井児童館
- *活動日時 毎週火曜日 10:30~11:30
- *PR*

自由遊びを中心に、芋ほり、消防署見学などお出かけもしています。親同士が気軽にお話したり、情報交換したりできるアットホームな雰囲気です。

【いちごみるく】(宝塚・すみれが丘小校区)

- *活動場所 宝塚幼稚園
- *活動日時 毎週木曜日 10:00~11:30
- *PR*

宝塚幼稚園の園庭や保育室でのびのびと遊んでいます。幼児用トイレも借りられるので、トイレトレーニング中でも安心！現在は、少人数でのんびりと活動しています。

【中山台のびっこくらぶ】(中山台小校区)

- *活動場所 中山台コミュニティセンター児童室
- *活動日時 毎週木曜日 10:30~12:00
- *PR*

アットホームな子育てサークルです。メンバーは少ないですが、お母さん同士が相談しやすい環境です。

【キャンディBOX】(宝塚・宝塚第一小校区)

- *活動場所 男女共同参画センター
- *活動日時 毎週木曜日 10:00~12:00
- *PR*

子どもの成長記録の作成、簡単な工作や季節のイベントをしています。子どもを遊ばせながら、情報交換や色々な話をしたりリフレッシュできます。

【かぼちゃ】(逆瀬台・西山・宝塚第一小校区)

- *活動場所 ウエル西山(西山小学校敷地内)他
- *活動日時 毎週月曜日 10:00~11:30
- *PR*

西山小学校の施設で活動しています。保護者がリラックスして子育てを楽しめるような集いになるよう心がけています。





ぎょうざの皮で さつまいもピザ

材料

さつまいも、ぎょうざの皮
マヨネーズ(適量)、ピザ用チーズ(適量)、バターかマーガリン(適量)

作り方

- ① さつまいもを7~8mmくらいの角切りにし、数分水にさらしアクを抜く。
水気を切って耐熱皿に並べ、軽く塩をふってラップをし、
電子レンジで加熱(加熱時間はさつまいもの量に応じて)。
*竹串をさして、すっと通ればOKです。
- ② ぎょうざの皮に薄くバターかマーガリンを塗る。さつまいもをまんべんなくのせ、マヨネーズ、チー
ズをかける。
- ③ トースター、ホットプレート、フライパン等でチーズがとけるまで焼いたら出来上がり。



絵本大好き



絵本は出版されてから、読み継がれていく事で真価がわかるといいます。いわば、歳月のフィルターにかけられて、古典になっていくのですね。今回は「絵本といえばこれ!」という、長く愛されてきた絵本をご紹介します。(このコーナーは、市立図書館司書が担当しています)

0~2歳向け

『ちいさなうさこちゃん』

ディック・ブルーナ/ぶん え
いしい ももこ/やく
福音館書店



真っ直ぐこちらを見つめるこのうさぎの名前は、なあに?みんなはミッフィーちゃんっていかもね。

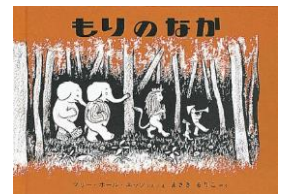
オランダのブルーナさんは、1963年にこの子に「ナインチェ」(子ウサギという意味)と名前を付けて出版しました。1964年に、日本では石井桃子さんが「うさこちゃん」と訳し、イギリスでは「ミッフィー」と訳されてほぼ同時に出版されました。くっきりした色とかたちのこのうさぎは世界中で愛されています。

1冊目のこの本では「うさこちゃん」が、おとうさんうさぎとおかあさんうさぎの間に生まれた秘密がわかりますよ。

3~4歳向け

『もりのなか』

マリー・ホール・エッツ/文 絵
まさき るりこ/訳
福音館書店



1944年にアメリカで、1963年に日本で出版された絵本です。

「ぼくは、かみの ぼうしをかぶり、あたらしい らっぱをもつて、もりへ、さんぽに 出かけました。」

森の中で出会うらいおん、くま、かんがるー…。動物たちがぼくのさんぽについてきて、ピクニックをしたり、ハンカチ落としをしたり。最後にかくれんぼうをしたら…。

一見地味に見える無彩色の絵本ですが、黒白の中からいろいろな色が見えてくるようです。おとうさんが迎えに来てお家に帰る結末も、あたたかく子どもを包み込んでくれる気がします。



地域に発信する子育て講座のご案内



『地域に発信する
子ども家庭支援センター
のプログラム』

妊婦さんから概ね15歳までの子どもを育てている方を対象に、子どもの発達(育ち)に添った関わり方を講義や意見交換を通して学び、日々の子育てに活かせる講座を各地域で開催しています。秋から冬に予定している講座は、下記のとおりです。(いずれも参加費無料)

★の講座には、
一時保育があります

講座名	内 容	対象者	日程・会場 (広報掲載月)	主催・連絡先 電話・(FAX)
ちょっと スペシャルな 妊婦さん講座	助産師が、秋から冬の出産準備(衣類選びなど)や過ごし方についてアドバイスします。	妊婦	10/25(9月号) 12/20(11月号) プレミラ宝塚	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
	管理栄養士が、妊娠期から離乳食を見越した「食事・栄養」についてアドバイスします。		9/27(8月号) 11/29(10月号) プレミラ宝塚	
“産前・産後” なるほど・ ザ・カレッジ	臨床心理士によるお話。 ①温かい親子関係をつくるコツ ②赤ちゃんの気持ち/ママの気持ち ③産後のパパの役割、ママの役割 (2回連続講座)	妊婦 (パートナーとの 参加も歓迎)、 生後1~4か月 児と保護者	9/23・30(8月号) 12/2・9(11月号) プレミラ宝塚	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
産後ママの 骨盤体操	バランスボールを使って子どもと一緒に からだを動かしながら産後の心身のケアをしましょう。 参加者同士の子育ての情報交換や交流もあります。	第1子で 生後2~ 8か月児と 保護者	10/18 プレミラ宝塚 (9月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
新米ママ・パパの ふれあいタイム	初めての子育てで困っていることはありませんか？ 保健師・助産師・栄養士など専門家がアドバイスします。 赤ちゃん体操も取り入れた和気あいあいとした講座です。 「そろそろお友だちが欲しいな」という方にもおすすめです。 (2回連続講座) ※地域子育て支援センターすこやか(わかくさ保育所内)と 地域子育て支援センターすくすく(米谷保育所内)は、 3回連続講座です。	第1子で 生後3~ 10か月児と 保護者 (初参加の人)	10/16・23 プレミラ宝塚 (9月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
			11/6・13 野上児童館 (10月号)	野上児童館 76-4501 (76-4443)
			11/7・14 山本山子ども館 (10月号)	山本山子ども館 89-3322 (FAX同)
			※9/6・13・20 (8月号) ※12/6・13・20 (11月号) くらんど人権文化センター 及びわかくさ保育所	地域子育て 支援センターすこやか 73-1133 (77-3096)
			※9/13・20・27 (8月号) 11/29、12/6・13 (11月号) 米谷保育所	地域子育て 支援センターすくすく 84-0063 (81-2717)
もぐもぐ かみかみ タイム	離乳食完了期からの食事でお困りしていることはありませんか？ 栄養士による離乳食完了期から幼児食初期に向けての アドバイスや相談。保育士による親子遊び、参加者同士のフ リートークタイムでお友達を作りましょう。	第1子で 生後11か月~ 1歳6か月児と 保護者	11/20・27 西公民館 (10月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
★2歳児 きらきら 親子ふれあい 講座	親子遊び、交流などを通して2歳児の子どもを育ちを知り、 子育てのヒントを見つけましょう。 (4回連続講座) (きょうだいの保育については要相談)	2歳児と 保護者 (初参加の人)	9/29、10/6・13・20 ふらっと (Waiwaiコミュニティ あいわ内) (9月号)	中筋児童館 80-4156 (80-4175)
			10/26、11/2・9・16 西公民館 (9月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
			11/7・14・21・28 安倉児童館 (10月号)	安倉児童館 86-1762 (86-1764)

♥ 手話通訳・要約筆記を希望される方は、開催日の2週間前までに
各主催者へ来館または(FAX)でご連絡下さい ♥

申し込み日時は、
広報掲載月で
ご確認ください。
(市外局番は、0797です)