



ほっこい



能勢町子どもの未来応援センター

令和6年2月
第21号



感覚教育 ～子どもの未来を育てよう！～

子どもたちが自分の目と体で大好きを見つけられる！
子どもの体験を豊かに！

ラグビー



自然とあそぼう！木育活動



←自然とたくさん
触れ合います！
葉っぱで色水作り。



→ヘルパーを使ってク
ロールに挑戦！息継ぎ
も上手になったよ！



スイミング

空手道場



バスケットボール



こどものへや



←モンテッソーリ思想に
基づき、数や言葉、文化、
そろばんなど、生きる力
を身につけます。



こどもコーラス (エンジェルリーフ)



将棋



ピアノ・ソルフェージュ





やきいも



さつまいもを洗って新聞紙とアルミホイルで包んで準備万端！
もみ殻に火をつけるとみるみる黒くなっていく様子に興味津々！



田んぼで能勢の自然を感じながら食べるやきいもは格別！

生活発表会



幼児組（年少～年長）が生活発表会をしました。『ぐりとぐら』『プレーメンの音楽隊』『和太鼓』それぞれ練習してきたことを力を合わせて披露しました！会場から大きな拍手が送られ、達成感に満ちあふれていた子どもたちでした。

能勢ささゆり学園



1～4年生 ささゆりマラソン



5～9年生 けやきmarathon



多くの保護者・地域の方の声援を受け、師走の校内・東郷路を走り抜けました！

開催日

令和5年12月
26日(火)・27日(水)

冬休み！元気ひろば

プログラム内容

うんどう遊び



基礎体力作り、身体の勉強、セルフマッサージ、エアロビクス、ヨガ。みんなと遊んで笑っている間に、身体が整えられてポカポカに！充実した2日間の元気ひろば「うんどう遊び」が開催されました。



ジャンプ！ スキップ！ 4足走り！



難しい動きや、面白い動き、色んな動きを使って走るよ！



ヨガのポーズに挑戦！



どうして正しい姿勢が大切なの？
どうして足や運動が体や心に関係しているの？分かりやすくお話していただきました！

今回のご飯は防災食体験として救給カレー。防災食ってなに？災害に備えて準備が大切だよ！そんなことをみんなに知ってもらい、美味しくいただきました！



こども食堂のご案内

あつまるとべるしゃべる
子ども食堂 る・る・る♪

子どもたちはもちろん、育児や家事、仕事など毎日頑張っているママパパ、おじいちゃんおばあちゃんも一緒におしゃべりしながらランチをしませんか。

【開催日・場所】

毎月第4土曜日
午前11:30～午後2:00
保健福祉センター2階

【協力費】

こども(中学生以下) 無料
おとな(高校生以上) 300円

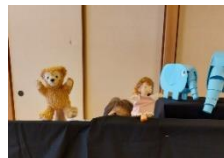
栄養満点



こども食堂

こども食堂って？

子どもに無料または低額で食事を提供し、子どもたちの健康を守る全国的な取り組みです。実際には子どもやその保護者だけでなく地域の高齢者等も一緒に食事をしているところもあります。



人形劇やクリスマスなどイベントもしています！

申込不要／子どもだけの参加OK
食材などの寄付絶賛募集中です！

お問合せ先 090-7342-4822(吉水)



♡おせっかいおぼちゃんの子育てアドバイス♡



こんにちは！新聞を読んでいたら、「虫歯予防」についての記事を見つけました。「子どもが親と同じスプーン、同じコップを使うと、親の虫歯がうつってしまう」という話を聞いたことありませんか？そこを気をつけておけば虫歯にならないのかなと思っていただけれど、実はそうではないんですって！ええええっ！どういうこと？？

令和5年8月末、全国の歯科医師や研究者でつくる「日本口腔衛生学会」は「子どもと同じスプーン、同じコップを使うと、親の虫歯がうつってしまう」という定説に対し「科学的根拠は必ずしも強いものではない」とする意見を発表した。

東京医科歯科大の相田教授は、多くの育児書で「親子で使う食器を分ける（ミュータンス菌の感染を防ぐ）＝虫歯予防」ということが紹介されているが、「感染を防ぐことで虫歯も予防できる」ということは厚生労働省や学会でも呼びかけていないとのこと。

虫歯は過剰な糖質の摂取が原因になります。食べかすから歯垢ができて、歯に付着し、その中の細菌が糖質から酸を作ることで歯が溶かされ虫歯ができてしまいます。

虫歯予防には、親子とも、必要以上の甘いものの摂取は控えて、適切な歯磨きを毎日するなど、口腔内の衛生状態を向上させることが一番です。フッ化物配合の歯磨き粉などは多くの論文や研究で虫歯予防の効果が確認されている方法ですのでぜひ取り組んでいただきたいです。

2023.11.9 毎日新聞より一部抜粋



おやこでつくろう！
あったかレシピ

かぼちゃスープ



親子で一緒にクッキングしてみませんか？皮をむく、鍋をかき混ぜるなど、簡単な作業は思いきってお子さんに任せてみましょう♪



かぼちゃのやさしい甘みが
おいしいスープです♪
さつまいもで作っても◎

〈材料〉4人分

- ・ かぼちゃ 300g
- ・ 玉ねぎ 100g
- ・ バター 20g
- ・ 塩 少々
- ・ だし汁 400ml
- ・ 牛乳 300ml

〈作り方〉

- ① かぼちゃと玉ねぎは皮をむき、薄切りにする。
- ② かぼちゃを耐熱皿に入れ、ラップをかけ、レンジで500W6分加熱し、つぶす。
- ③ 熱した鍋にバターを入れ、玉ねぎを炒める。
- ④ ③にだし汁、牛乳、かぼちゃを加え、中火で煮込む。
- ⑤ 塩で味を調え、できあがり。

編集後記

こんにちは。まだまだ寒い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか。家庭教育支援チーム「ほっこり」が活動を始めて7年が過ぎました。家庭訪問や学校訪問などを通じて、皆さんとのつながりを深め広めてきました。

家庭教育支援チーム「ほっこり」は名前のおり、気軽にほっこりお話ができる地域の支援員を目指しています。わざわざ約束してまで会うことでもないけれど、お家にいればいいな、会えたらいいな、ほっこりお話ができればいいな、そんな気持ちで訪問をしています！これからも、皆さんとますますつながりを深め楽しく活動をしたいと思っております。よろしくお願いたします。