



# ほっこい

第10号

令和2年6月

家庭教育情報誌

能勢町子どもの未来応援センター

## 能勢小学校



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、3月から休業となり、入学式も中止となってしまいました。

5月14日（木）から分散登校がスタート！15日（金）には新1年生が初めて登校しました。入学式は実施出来なかったのですが、保護者説明会が実施され、玄関入り口の「入学」の立て看板を前に、記念撮影をする姿が見られました。



1年生の下校の様子。バスの乗車について、先生の話聞いています。



ちょっぴり緊張気味の1年生♥

## のせ 保育所



垂水地区を  
散策中



子どもたちは天気の良い日、散歩に出かけます。自然の中でのびのびと過ごしています。



岐尼神社の横の道を元気に駆けています。

新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら開所しています



部屋の中では密接にならないように過ごしています



外で思いっきり体を動かしています！砂場の底が見てみたい！



昼食は学びの丘まで足をのびして、楽しいランチの時間を満喫しています。

お家時間で、いつもと違うことをやってみたら楽しいよ！

マスクを縫ってみよう！



外で遊ぼう！



料理に挑戦！



折り紙で何か作ってみよう！



散歩に行こう！



絵を描くことも楽しいね



## くいきぼう 空気砲を作ってみよう！

【材料など】つつ状のお菓子のあき箱2つ・ビニールテープ・ふうせん1つ・持ち手用のあき箱・発砲スチロールのトレイ・カッター・はさみなど



2つ用意します



1つは底に1円玉サイズにしるしをつけて、カッターで丸く切りぬく



もう1つはつつ状になるように底をカッターで切りぬく



2つをビニールテープでつなげる



ふうせんを一度ふくらませてから空気をぬき、口をしぼって、写真のようにはさみで切ります



つつ状にした箱の方にふうせんをかぶせます。かぶせたらビニールテープでぐるぐるまきにしてしっかりとめます。

友だちと一緒に作ってあそぼう！



ふうせんを引っばって放したら空気砲発射!!



ぐるぐる巻きの勢いでそのままビニールテープを全体に巻いてカッコよくしたら完成！



空き箱を持ち手になる位置に写真のようにくっつけて、外れないようにビニールテープでぐるぐる巻きにする



持ち手用の空き箱の中に発砲トレイを切つてつめこみます（にぎったときつぶれないようにするため）

## まとも作ってみよう！



紙で作ると簡単！二つ折りにした紙に絵をかき、切るだけ。頭の部分だけは切らないでおく。紙だからピュンと飛んでいきますよ

# かぼちゃサラダ



## ● 材料 ●

- ・かぼちゃ 1/4個
- ・ヨーグルト 大さじ5
- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・レーズン 大さじ4
- ・くるみ 適量

※ヨーグルトは  
加糖がオススメ！

## ● 作り方 ●

1. かぼちゃを一口大に切る
2. 1と大さじ1の水を入れ、電子レンジで3~4分(500W)加熱する
3. 2にヨーグルト、マヨネーズ、レーズン、刻んだくるみを加えて混ぜる



- \*ビタミンA・C・Eは免疫力を上げる効果があります。
- \*このレシピには ビタミンA・・・かぼちゃ、ヨーグルト  
ビタミンC・・・かぼちゃ、レーズン  
ビタミンE・・・かぼちゃ、くるみ

食事はバランスよく、3食しっかり食べ、  
免疫力を高めましょう！

## 家族が毎日元気に過ごすためには！

体の中の免疫力（抵抗力）が下がると風邪をはじめ多くの病気にかかりやすくなります。家族みんなで免疫力を高めましょう！！

ていねいに  
手洗いを  
しましょう

### 栄養バランスを大切に



### 入浴で身体を温める



毎朝、**検温**して  
自分の体調を知ろう！



### ぐっすり眠る



### 思いっきり笑おう



### 適度な運動をしよう



人と会う時は  
**マスク**  
をつけようね。



虐待を受けたと思われる子どもがいたら。

ご自身が出産や子育てに悩んだら。

子育てに悩む親がいたら。



あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。

**児童虐待かもと思ったらすぐにお電話ください。**

お住まいの地域の児童相談所につながります。

※一部のIP電話からはつながりません。 ※令和元年12月より通話料が無料化されます。



# 家庭教育支援チーム『ほっこり』です



## 《こんな活動をしています》

- ★学期に1回（6月・10月・1月）お家へ、情報誌「ほっこり」やお得な情報をもってお伺いしています。対象年齢は**5歳児・小学1年生～6年生**です。
- ★能勢ささゆり学園（能勢小・中学校）に学期に1回、「ほっこり週間」として支援員が教室を見学します。

おかげさまで保護者の皆様からは、いろいろなお話を聞かせていただけるようになりました。  
「ほっこり」のメンバーはひとり、ひとりが**あったか～い気持ち**でつながりを持っていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。

中谷です。4人の子どもの母です。  
能勢町に望むこと色々教えてください。

宮脇です。4年目に入り「聴く」ことをより一層大切にしていきたいです。

倉脇です。  
家族分のマスク作りをしたり、母や孫たちと外食することが楽しみです！

今年度から「ほっこり」のメンバーで活動します。能勢町で25年間、保育士として勤務していました。たくさん子どもたちとその一人ひとりを支える人達に出会う中で多くのことを学びました。また、10年前からテニスをはじめ様々な方と知り合い多くのつながりが出来ました。人と出会うこと、話すこと、つながることは私自身が成長できる学びの機会だと思っています。支援員の活動を通して、より多くの方と出会えることを楽しみにしています。

東です。  
子ども大好き♥  
お話大好き♥  
いつも笑顔を忘れずにはモットーにしています。

北です。今年から何歳になっても自分の足で歩けるようにスクワットをしています♥

古嶋です。  
何歳になっても気持ちは20代のまま。  
黒川博行の小説にはまっています。寝る前に読んでるので、うとうとしてなかなかページが進みません。

野木です。  
「こんにちは。ほっこりです」「はーい」  
もう知っていただいていると思うと嬉しいです。

村本です。  
能勢の自然が大好き♥のんびりしていたら、少し太ってしまったおばちゃんです。

乾です。主人と2人で食べるだけの野菜を作り、今は旅行もカラオケにも行けずの毎日です。

## 編集後記

令和2年度より支援員が増えて9人になりました！チームワークも深まり、おしゃべりを始めると止まらない「おせっかいおばちゃんチーム」です。今年度より小学6年生までのご家庭を訪問しています。私たちは子どもたちの成長を見させてもらえることをとても嬉しく思っています。  
新型コロナウイルス感染拡大防止で学校の休業、分散登校になり、保護者の皆さんや子どもたちは自宅で過ごすための工夫が大変だったとお察しします。  
1学期の「ほっこり週間」は学校の休業により中止になりましたが、2学期には子どもたちと会えることを楽しみにしています。  
これからも私たちは、家庭での頑張りを共に支え、地域とのつながりづくりや専門機関との橋渡しをお手伝いしていきたいと思ひますので、よろしくお願ひします。

