



のんき こんき げんき

第67号



楽しみましょう 子育てを
のん気 こん気 げん気で!!

2022. 10. 1



(発行) 苫小牧市こども育成課 とまこまい子育て支援センター
苫小牧市本幸町1丁目2番21号 TEL 33-4751

朝夕は少しずつ寒くなり季節の変化を感じられるようになってきました。
お天気の良い日は移り変わる季節を楽しんでみてはいかがでしょうか。
美味しいものを食べて、たくさん遊んで元気に過ごしたいですね♪



あけの保育園

錦岡保育園



秋の散策で宝物発見!
ガマの穂や木の実を
みつけて楽しそう♪

木製のおもちゃの大きな木♪
花や葉を色々な所に付けて遊びます。



沼ノ端おひさま保育園



とまこまい子育て支援センター



高齢者福祉センターとの
世代間交流!!
リズム体操でリフレッシュ♪

美味しい食べ物がいっぱいの季節!
枝豆と落花生! たくさん取れたよ♪

紙を使った遊びを紹介します♪

記事、写真提供
いとい北保育園

忍者ごっこ

忍者の絵本や紙芝居が大好き！から発展して『忍者ごっこ遊び』が盛り上がっています。
「手裏剣シュシュシュ！！」で力を合わせ敵と戦っています。
「忍者修行！！忍びの術！！」の合言葉で忍者になりきって楽しんでいます。



立体的な作りになっていますが
忍者の絵を紙に描いて壁に貼っ
ても楽しめます。親子で一緒に
作るのも楽しそうですね♪

敵を倒すぞ！
「エイ、エイ、オー！」



★手裏剣の作り方★

- 紙で輪を作りテープで止めます。

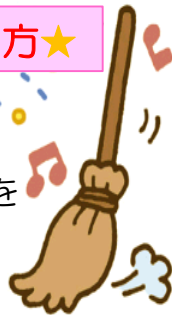


魔法のステッキ

ステッキを使って魔法使いごっこ★横断歩道の信号が赤の時に「魔法よ魔法、青になれ～」と呪文を唱え、青になると喜んでいきます！散歩がもっと楽しくなりますね♪

★魔法のステッキの作り方★

- 広告紙やカレンダーを細く丸めて棒を作ります。
- 棒の先端にスズランテープを付けたら完成！



魔法の呪文！！
「犬になぁ～れ～」



魔法のほうき
にもなるよ！

ステッキをクルクル
振って大変身♪
小さな魔法使いの誕生♥



保育園や認定こども園では「食育」として
菜園活動やクッキングなどを行っています

こんな食物を
育てています☆

- ・じゃがいも・人参・ピーマン
- ・枝豆・さつまいも・きゅうり
- ・すいか・いちご などなど



収穫した食物で
子どもたちが作っているメニュー☆

- ♥カレー♥ピザ♥いももち♥豚汁♥つけもの
- ♥スイートポテト♥人参ジャム などなど

みんなで
食べると
おいしい!



自分で
作るともっと
おいしい!

園では、水やりをしながら野菜の成長を喜んだり、自分で育てた野菜を収穫して食べることで「おいしい」と感じ、食べる意欲につながっています。プランターで育てられる野菜もあるのでお子さんと一緒に挑戦するのも良いですね☆



親子で作ろう!
かんたんクッキング☆

☆スイートポテト☆

～材料～ ・さつまいも200g ・砂糖10g
・バター5g ・牛乳適量

1. さつまいもは洗って皮をむき、ゆでてつぶす
2. 砂糖、溶かしバターを加える
3. ぼろぼろするようだったら、丸められる程度に牛乳を加える
4. 丸めてアルミカップに入れ、トースターでうっすら焦げ目が付く程度に焼く



☆クッキー☆

～材料～ ・ホットケーキミックス150g
・バター50g

1. 室温でやわらかくしたバターをよく練る
 2. ホットケーキミックスを加え、混ぜる
 3. うすくのばして型抜きor小さく丸めたものを平たく成型する
 4. トースターで5～6分焼く
- ※約5センチの丸型20個くらい作れます

どちらのレシピも
お子さんと一緒に混ぜたり
丸めたりできますよ♪



みその保育園子育てルーム行事
ミニトマト植えの様子♪



参加無料
事前申込不要

※一部講座予約制

10/11(火)～
10/15(土)
9:30～16:00

プレイルーム利用時間

①9:30～12:00 ②13:30～16:00

定員：各40名

とまこまい

0歳からの
未就学児集まれ

とまこま
2011 苫小牧市

親子
Happy Day
2022

♪各相談は予約優先です♪
詳細は下記の二次元コードより

保健師による発達相談
10/14(金) 10:00～11:30

栄養士による栄養相談
10/11(火)・13(木) 10:00～11:30
12(水)・14(金) 14:00～15:30

利用者支援員に
よる入園相談

随時受付

認定こども園・幼稚園情報

支援センター登録サークルの紹介

各教育・保育施設・子育て施設情報

支援センター保育士による

おたのしみタイム (プレイルーム内)

10/12(水)・10/14(金) 11:40頃～・15:40頃～

♪講座は予約制、先着順です。詳細は下記の二次元コードより♪
※予約はお子様一人につき1講座まで

ベビー・チャイルドマッサージ 10/11(火) ① 10:00～ ② 11:00～ (各親子40名)

英語でふれあい遊び 10/12(水) ① 10:00～ ② 11:00～ (各親子20名)

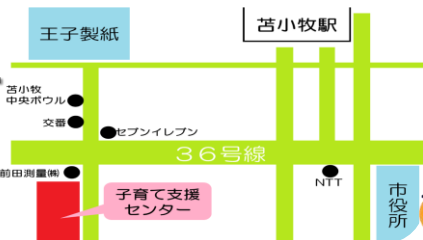
親子リトミック遊び 10/14(金) ① 9:45～ ② 10:30～ ③ 11:15～ (各親子20名)

場所

とまこまい
子育て支援センター

住所

本幸町1丁目2番21号
教育・福祉センター2階



詳細・お問合せ



苫小牧市役所
こども育成課

TEL: 0144-32-6224(直通)