



# にこにこだより



「にこにこ」は、  
0,1,2,3歳の  
お子さんをもつ  
親子が交流できる  
ひろばです。  
お気軽に  
どうぞ!

2008年9月 ☆第33号☆  
発行 つどいの広場にこにこ (NPO法人 子育て応援ゆう)

## にこにこカレンダー 9月

日	月	火	水	木	金	土
8/31	9月 1 am ○ pm 赤ちゃん	2 ○ pm 防災訓練	3 am 赤ちゃん pm 赤ちゃん	4 ○	5 ○	6
7	8 am ○ pm 赤ちゃん	9 ○	10 おそとであそぼ! am 赤ちゃん pm 赤ちゃん	11 ○	12 ○	13 ○
14	15 祝・休	16 ○	17 am ミニ講座 pm 赤ちゃん	18 ○	19 ○	20
21	22 am ○ pm 赤ちゃん	23 祝・休	24 am サロン pm 赤ちゃん	25 ○	26 ○	27
28	29 am ○ pm 赤ちゃん	30 am ○ pm 閉室	10月 1 am 赤ちゃん pm 赤ちゃん	2 ○	3 ○	4



### お知らせ

#### 赤ちゃんの日、その他

- ★9/3・10、10/1 (午前午後)、  
9/1・8・17・22・24・23・29 (午後)  
は赤ちゃん (1歳未満) の日。
- ★赤ちゃんは、赤ちゃんの日以外でも遊べます。
- ★9/30は月末業務のため、午後閉室します。
- ★9/2 (火) 飯能一小的の防災訓練に参加します。

#### ミニ講座

**9/17 (水) 10:00~11:00**

「ヨガを体験してみよう」

講師：岡本ひとみさん

体も心もしなやかに・・・

ヨガを体験してみませんか!?

定員6名(見守り保育あり)

9/2(火)10:00より申込み受付

#### ママのためのおしゃべりサロン

**9/24 (水) 10:00~11:30**

「話したらスッキリした!」、「他のママの思いを聞くことで、悩んでいるのは私だけじゃなかったと感じた」、「とても楽しかった」・・・そんなサロンをあなたも体感してみませんか?

定員6名(見守り保育あり)

9/8(月)10:00より申込み受付

#### 今月はサロンとミニ講座の日程が

**変更しましたので注意してください!**

サロンとミニ講座の申し込みは、ご本人のみでお願いします。直接ひろばで、または電話にてお申し込みください。

#### おはなしタイム

**9/22 (月) 11:30~**

おはなしシスターズがパネルシアターや手遊び、絵本を読んでくれます。毎回、何が出てくるかお楽しみ♪予約不要、みんな集まれ~!

#### おそとであそぼ!

**9/10 (水) 10:00~12:00**

場所：八幡児童遊園

木陰のある公園で遊びましょう!  
参加希望者は、スタッフまで。

# ひろばのようす



9月・・・外遊びの楽しい季節になってきました。にこにこでは、毎月1回（第1または第2水曜日の午前中）、公園遊びをスタートしました。6月は前田公園で段ボール遊び、7月は日高総合公園で水遊びをしました。広々とした公園の中で、ひろばで見せてくれる表情とはまた違ったお友だちの笑顔に出会える嬉しさもあります。心地よい風、土や草木の感触、ひろばでは味わえない「おそと」ならではの刺激や感覚を一緒に楽しみませんか？

参加した方からは、「水曜日、ひろばは赤ちゃんの日だから1歳を過ぎたうちの子は行けないので、毎週どこに行こうかと考えていましたが、みんなで公園で遊ぶというもう一つの楽しみができました」「親子2人だけで公園に行くのは気が引けるけど、みんなで一緒なら楽しい！」「今まで知らなかった公園を知ることができて、遊びのテリトリーが広がった」などの声を聞いています。

今月の『おそとであそぼ！』は、9/10（水）10：00～12：00八幡児童遊園。一緒に公園で遊びましょう！もちろん、赤ちゃんは、いつもどおりひろばでゆったり遊んでくださいね。



## にこにこ文庫からこんにちわ！

本の大好きなスタッフが  
が選りすぐったにこにこ  
文庫を紹介します。

### ☆おとな向け☆

「子育てにとっても大切な27のヒント～クレヨンしんちゃん親子学」 汐見稔幸著 双葉社

自由奔放な幼稚園児：野原しんのすけは、やることなすことケタはずれ。その行動に驚いたりもするけれど、感心することも結構あるんですね。そんなわけで金曜日にやっているアニメを楽しんで見ている人も多いのでは？（我が家もそのうちの一家族です）

野原家流の子育てには、とても大切な子育てのヒントが27もあるんだって！それを東大大学院教授の汐見先生（実はマンガ大好き）がわかりやすく解説してくれます。しんちゃんのマンガ入りなので、楽しく読めて、いつの間にか野原家から子育てのパワーをもらっている自分に気づくことでしょう。

### ☆子ども向け☆

「バルンくんとおたすけ3きょうだい」こもりまこと作 福音館書店

バルンくんは英国製のスポーツカー。

ある日さんぼの帰りに走っていると・・・前方がガケ崩れで通れなくなっちゃった。そこへ現れたのがおたすけ3きょうだいのブルドーザーとパイローダーとダンプカーの力持ち・・・

働く車が大好きな2、3歳児におすすめの絵本です。絵もとってもきれいです。



### にこにこのホームページのお知らせ

親子で楽しめる公園情報など、少しずつ充実させていきますので、おすすめ情報がありましたら、メールにてお待ちしております！

ホームページアドレス <http://www.justmystage.com/home/nikoniko/>



# ♪ピノコ・メール♪

保育士として長年子どもたちと関わってきたスタッフ  
による子どもの成長にちなんだ育児のお話です。

北京オリンピック、白熱しますね。<・^・> 我が家の娘は、9ヶ月にしてつかまり立ち、10ヶ月にして1,2歩あるきました。これは、運動神経がすごいのだろうな!今から鍛えればオリンピックだって夢ではないかも、なんて親馬鹿をしていました。オリンピックでメダルを取ると、テレビで小さい頃のビデオが出たり、周りの人のインタビューがよく映ります。やっぱり小さい頃から素質があるんだ、と感心します。みんな先のことはわかりません。子どもってたくさんの可能性を秘めていて、どこで才能が発揮できるかわかりません。親としては楽しみですよ。(♡♡♡) なんでも初めてできたことは、たくさん、たくさん、褒めてあげるとやる気も倍増! もしかして、将来はオリンピック選手かも・・・!?



☆☆ ミニ講座で毎回、大人気の歯科医・大野先生からのメッセージです ☆☆



広報「はんのう」8月1日号を読もう!

～「17ページお元気ですか保健師です」は歯の特集! 永久?保存版です～

【大野デンタルクリニック 大野 康】

皆さんは『広報はんのう』を読んでいますか? 読んでいる方も読んだことない方も、8月1日号は必見です。もし無くしてしまった方は、市役所や公民館で入手できるでしょう。17ページに、生まれる前から高齢になるまで、ライフステージに沿った口や歯の健康について保健センターの保健師さんがギュッとまとめています。今回はこのページの見所を解説したいと思います。

まずライフステージの表ですが、3/4は子ども時代です。いかにこの時期のケアが大切かわかると思います。

次に、むし菌の感染の話。子どもたちは、いろんな菌と出会って(あまりすごい菌には出会いたくないですが)逞しく育つ面もあるので、潔癖すぎるのも考え物です。もちろんルーズすぎるのも困ります。大切なことは、元気な健康なお口を作ることですから。

そして、むし菌の成り立ちから防ぎ方、歯ブラシの仕方と要領よくまとめられています。

今回の特集で注目目は、飯能市の生のデータが出ている点です。3歳児は埼玉県平均よりいいのに、12歳になると悪くなります。なぜでしょう。この原因を子どもを取り巻く全ての大人たちがもっと真剣に考えて、飯能市の子どもたちにとって良い方向を目指して行動を起こすべきだと思います。

後半は、成長していく子どもたちに口や歯の健康を保つのは自分自身なんだよと、大人たちが教えている!と訴えています。それには、大人自身が自分のこととして捉える必要があります。「自分だけは別」ではなく、「家族みんなで元気に!」を合言葉にしましょう。

広報はんのうは、とてもためになるよ、とお友達に紹介してあげてください。

## おいしくて、かんたん、クッキングウー

☆チンゲン菜の混ぜごはん☆



今月は、たまさんからの  
おすすめレシピです!

### コメント

グッチ裕三さんのレシピですが、ハムのかわりにしらすを入れてもおすすめです。(たま)

### 【材料】

米2合・チンゲン菜1束・ハム2枚・バター適量・お酒大さじ1  
塩こしょう少々・昆布茶小さじ1

### 【作り方】

- ① お米は普通水加減で昆布茶を入れて炊く。(すし飯くらいの固めがおすすめ)
- ② チンゲン菜を粗いみじん切りにして、バターで炒め、酒を加える。
- ③ 炊きあがったごはんにはチンゲン菜を混ぜ、器に盛る。みじん切りにしたハムを散らしてできあがり!



にこにこ遊びにきてくれるママたちの声を集めての紙上おしゃべりコーナーです。あなたのアイデアやエピソードもぜひご紹介ください！

先日、某会議に子ども連れて出席しました。子どもが騒がないよう、お絵かき帳や絵本など持って。会議中、本当に静かにしてくれていました。おとなたちは、ああでもない・こうでもないと話を続けて、そんな中、司会の人「それではこれらについて質問や意見のある方？」と声をかけたときです。大きな声で「ハイッ！」と返事が・・・うちの2才の息子でした。シーンとしていただけに恥ずかしかった・・・お絵かきに集中していたように見えて、おとなのやり取りをしっかりと小さい耳に入れていたんですね。(ねこまんま)

☆ねこまんまさん、ありがとう！ 恐れを知らぬ子どもたちの行動に同じような苦笑い体験をされている方も多いのでは・・・あなたのおうちの楽しいお話もまってま～す！

### 試してみてね

☆ レタスの食べ方☆  
先月号で「2歳のお子さんにレタスを食べるようにするには？」との質問がありました。レタスの食べ方を紹介しますね♪  
★ちぎってお味噌汁の具にする。  
★お湯をかけて細かくきざんでおかかをかけておひたし風。マヨネーズ和えも。  
★レタスでハムやチーズなどを巻いて食べると中身のおかげでたくさん食べれる。  
試してみてくださいね！アイデアありがとうございました！

## 子育て情報便

☆飯能・子育てマップ作りプロジェクト☆  
「子育てマップ・ワークショップ」  
日時：9/18・25 (木) 10:00~12:00  
場所：中央公民館  
保育：要予約。先着15名まで。  
申し込み・問い合わせ にこにこスタッフまで。  
\*講座のあと、実際にマップ作りを実施します。  
主催：NPO 子育て応援ゆう

☆Nobody's perfect  
(完璧な親なんていない)プログラム☆  
日時：10/23・30、11/6・13・20・27  
いずれも木曜日 10:00~12:00  
場所：中央公民館  
対象：満6ヶ月から満3歳未満のお子さんがいる方 8名 (別室保育あり)  
詳しくはにこにこだより号外をご覧ください。



徳島で川の学校のスタッフをしている友人と、この夏、清流にかけた。小学生にレクチャーしなれている彼は、園児の息子もしっかり手なづけ、川ガキレッスン。川ガキの心得その1。夕飯は自分で調達すること。竹を採取し、ナイフで削り、竿を作った。糸と針とおもりをつけて、餌をみつけ、シュノーケルで見ながらヨシノボリ釣り。釣った魚は、ハゼの仲間なので、淡白な白身魚の唐揚げに。手長海老は、まだ自分で採れないものの、瞬時に見つける能力を身につけた息子。海老は、オリブオイルとにんにくでみごとなパスタに。おいしい！！！！と叫びながらぱくぱくぱりぱり。この夏、息子の心も、清流のように光と恵みに満ちたものになっていったらいいな。(りす)



### つどいの広場「にこにこ」



住所 飯能市山手町13-8 (飯能市立飯能第一小学校内どろんこクラブ隣)  
TEL&FAX 042-971-3001 E-MAIL nikoniko@hanno.jp  
駐車場 シルバー人材センター内をご利用ください。

☆初めて駐車場を利用される時と第2土曜については、広場にお問い合わせください。

開室日 毎週月～金曜日+第2土曜日(第2土曜日開室の後の月曜日はお休み)  
時間 午前10:00~12:00 午後 1:00~4:00

にこにこは、飯能市次世代育成支援行動計画の一環として、NPO法人 子育て応援ゆうが受託・運営しています。