



# 地域子育て支援センター エンジェルルームだより 5月号

2024年5月発行  
地域子育て支援センター  
エンジェルルーム  
(藤枝聖マリア保育園)  
藤枝市下藪田 733-1  
TEL 054-638-2941

爽やかな風に暖かい日差し。みなさんのお家のまわりにも色とりどりの春の花が咲き揃い、私達の目を楽しませてくれています。季候の良い時期、親子で公園や野原に散歩に出かけてみませんか？車では見過ごしてしまうものも、歩くことで、つくしやたんぽぽ・れんげ、ちょうちょやてんとう虫など、春の自然に触れながら色々な発見があるかもしれません。きっとお子さんとのおしゃべりがとても楽しくなると思います。

## 子育てワンポイント

おっぱいやミルクを飲むだけだった赤ちゃんのお母さんから「少しずつ離乳食を進めています。」という声がきかれたり、離乳食が完了し、「家族と一緒にの時間に食事を食べれるようになりました。」という声もきかれ、お家の人達と食卓を囲みながら楽しい食事の時間を過ごしているお子さんもいると思います。今回は食食事の前後の挨拶についてご紹介したいと思います。



### いただきますとごちそうさま



日々の生活の中で欠かせないのが、3回の食事です。皆さんも食べる前には「いただきます。」食べ終わったら「ごちそうさま。」の挨拶をされていると思いますが、その挨拶にもちゃんと意味があります。「いただきます。」→食べるという直接的な意味だけでなく、動植物の命をありがたくいただくという意味合いも込められています。「ごちそうさま。」→動植物の命を大事に育てた人や、料理を一生懸命作ってくれた人への感謝の気持ちを表しています。食事の挨拶の意味を知り、感謝の気持ちを込めて小さい時からお家の人と一緒に挨拶をする事で、食べ物を大切にする気持ちが子ども達に育ってくれるといいですね。

### こどもの日

5月5日は「こどもの日」。昔は男の子のお祝いの日でしたが、今は男女問わず子どもの成長をお祝いする日とされています。ショウブを頭に巻いて厄払いをしたり、ショウブ湯に入ったり、かしわもちやちまきを食べて健康を願います。こどもの日には、ぜひご家庭でも、昔ながらの行事を経験してみたいかたがでしょうか。

### じゃがいもと

### グリーンアスパラガレット



- ・材料(1枚分)
- ・じゃがいも(メークイン)中くらい1個
- ・アスパラガス(硬めにゆでたもの)2本
- ・小麦粉小さじ2 ・粉チーズ大きじ1
- ・塩・胡椒・各少々・オリーブオイル適宜

- 作り方
- ①じゃがいもをスライサーで千切りにしアスパラは薄く斜め切りにする。
  - ②①に小麦粉、塩、胡椒、粉チーズを混ぜる
  - ③熱したフライパンにオリーブオイルを入れ②を焦げ目がつくまで両面焼く



☆利用時間 毎週月曜日～金曜日 9時～12時・13時30分～15時30分(土日・祝日休み)

☆子育て相談・電話相談もお気軽にお声をおかけ下さい。(ひとりで悩まないでね)

☆エンジェルルーム 電話番号 054-638-2941 5月の予約は随時受け付けます。



## 5月の予定 ※午前の○印と午後はエンジェルルームで遊べます。



日	曜	午 前	日	曜	午 前	6月の予定
1	水	○	17	金	○	・4日(火)あかちゃん講座 ・7日(金)ぽかぽか広場 ・11日(火)赤ちゃん遊ぼう② ・13日(木)赤ちゃん遊ぼう① ・14日(金)エンジェル広場 ・18日(火)星の子A ・20日(木)星の子B ・21日(金)公園で遊ぼう ・26日(水)エンジェル広場 ・27日・28日水遊び 
2	木	あかちゃん講座	20	月	○	
3	金	憲法記念日(お休み)	21	火	星の子B	
6	月	振替休日(お休み)	22	水	○	
7	火	○	23	木	○	
8	水	赤ちゃん遊ぼう②	24	金	公園で遊ぼう	
9	木	○	27	月	○	
10	金	ぽかぽか広場	28	火	エンジェル広場	
13	月	○	29	水	○	
14	火	星の子A	30	木	○	
15	水	○	31	金	公園で遊ぼう	
16	木	赤ちゃん遊ぼう①	24日は終日園行事のため駐車場がありません			



活 動	日 時	対象児	予約	活動内容
星 の 子 A	14日(火) AM.9:45～	8か月～ 1歳半の子	☆	・足形アートでねこちゃん作ろう 5月生まれの子の誕生会もします
星 の 子 B	21日(火) AM.9:45～	1歳半～ 未就園児	☆	・足形アートではらぺこあおむし作ろう 5月生まれの子の誕生会もします
赤ちゃん遊ぼう①	16日(木) AM.10:00～	生後8か月位 までの子	☆	・手遊びベビーリンパマッサージ ※会場 生涯学習センター2階和室
赤ちゃん遊ぼう②	8日(水) AM.10:00～	6ヶ月～ 歩行前の子	☆	・手遊びベビーリンパマッサージ ・足形アートでねこちゃん作ろう
あかちゃん講座	2日(木) AM.10:00～	藤枝市からハガ キが届いた方	☆	・「遊び・絵本」支援室を利用するチャンスです。
エンジェル広場	28日(火) AM.10:00～	生後8か月～ 2歳までの子	☆	・親子リトミック 岩ヶ谷美代子先生による楽しいリトミックです。
ぽかぽか広場	10日(金) AM.10:00～	0歳～ 未就園児	☆	総合運動公園であそぼう 外遊びにいい季節になりました。
公園で遊ぼう	24日(金) 31日(金) AM.10:00～	0歳～ 未就園児		・公園であそんだり、手遊びや絵本や紙芝居 もします。 24日蓮華寺池公園子ども広場 31日水守中央公園

※赤ちゃん①②とあかちゃん講座はバスタオルをお持ちください。