

い ない い ない ば あ 秋

夕暮れの虫の声に秋の訪れを感じる季節になってきました。朝夕の気温も下がり、過ごしやすい季節ですね。室内でゆっくり本を読むのにも、戸外で体を動かすのにも、美味しい物を味わうのにも、いろんなことを楽しむのに良い季節。お子さんと一緒に秋を満喫したいですね☆

支援センターでパパと遊ぼう！！

パパっクラブ

支援センターでは、2か月に1回のペースで『パパっクラブ』を実施しています。お母さんと遊ぶのも楽しいけど、お父さんと一緒だともっとダイナミックに遊べるよ！ということコンセプトに行っています。今年度は、5月に室内でのふれあい遊びやパパチャレンジ(けん玉に挑戦!)、6月に運動会ごっこ、8月に泥んこ遊びをしました。



今年度からパパっクラブの間の月に『園庭開放 with パパ』も実施しています。いつもイクメンパパと子ども達が素敵な笑顔を見せてくれます☆

9月以降の園庭開放は
のんでお知らせします♪

《今後の予定》

- 9月16日(土)・・・園庭開放 with パパ
- 10月21日(土)・・・段ボール迷路あそび
- 12月16日(土)・・・おもちゃつき
- 2月24日(土)・・・内容はお楽しみ♪



←毎月の予定を
びびっとチェック！

須磨区地域子育て支援センター(北須磨保育センター内) ☎078-792-7879

応援プラザ 子育て講座のお知らせ



子育てミニ講座 ほっとタイム

お子さんの「育ち」「生活」「遊び」など子育てを楽しくするためのヒントをお伝えします。お母さん同士の交流会もあります。

本 区	歩き始め期(1歳前後頃)	10/31(須磨保育所)・1/17(区役所健康教育室)
	イヤイヤ期(1歳6か月～2歳頃)	11/7(須磨保育所)・2/14(区役所健康教育室)
	寝返り・ハイハイ期(5～10か月頃)	12/11(須磨保育所)
支 所	歩き始め期(1歳前後頃)	10/17(竜が台保育所)・1/29(北須磨支所事業室)
	イヤイヤ期(1歳6か月～2歳頃)	11/1(竜が台保育所)・2/27(北須磨支所事業室)
	寝返り・ハイハイ期(5～10か月頃)	12/4(北須磨支所事業室)

※お電話で応援プラザまでお申込みください。

内容など詳しいことは、チラシやホームページまたは直接お問い合わせください。



チェック
してね。



地域子育て応援プラザ須磨：須磨区役所2階 ☎078-731-5033



かぼちゃとさつま芋を使ったおいしいメニューをご紹介します。お子さんも大人も一緒に味わえるレシピです。

離乳後期（9か月～）におすすめ

手づかみ食べが始まる頃です。ポーロを指先でつまんだり、おやきを握ったり、自分で食べる意欲が育つメニューです。

かぼちゃポーロ（約50～60個分）

<材料>

- | | | |
|---|-----------|-------|
| A | かぼちゃのマッシュ | ・・20g |
| | かたくり粉 | ・・50g |
| B | 砂糖 | ・・10g |
| | バター | ・・20g |



<作り方>

- ① Bをボールに入れてよく混ぜる。
 - ② ①にAを加えさらによく混ぜる。
 - ③ 食べやすい大きさ（親指大くらい）にまとめる。
 - ④ 180℃のオーブンで約20分焼く。
- ☆乳アレルギーの心配がある場合は、バターをラードでも代用できます。



さつま芋のおやき（5～6個分）

<材料>

- | | | |
|---|-----------|--------|
| A | さつま芋のマッシュ | ・・50g |
| | 絹ごし豆腐 | ・・70g |
| | かたくり粉 | ・・大さじ1 |
| | バター | ・・小さじ1 |

<作り方>

- ① Aをボウルに入れ、混ぜ合わせる。
- ② ①を5～6等分にして、スティック状にする。
- ③ フライパンにバターを入れ、両面をこんがり焼いて出来上がり。




☆乳アレルギーの心配がある場合はバターをサラダ油やキャノーラ油でも代用できます。

完了期（12か月～）におすすめ



かぼちゃバーグ（4人分）

<材料>

- | | | | |
|---|-----------|----------|---|
| | 合びき肉 | ・・30g |  |
| | 玉ねぎ・人参 | ・・各80g |  |
| A | かぼちゃのマッシュ | ・・400g |  |
| | パン粉 | ・・大さじ2 | |
| | スキムミルク | ・・大さじ1 | |
| | （牛乳でもよい） | | |
| | 塩 | ・・小さじ1/2 | |
| | バター | ・・小さじ1 | |

<作り方>

- ① 玉ねぎ・人参はみじん切りにし、熱したフライパンにバターを入れ、合びき肉と炒めておく。
- ② ボウルに①とAを入れ、よく練り混ぜる。
- ③ ②を4等分にして小判型にする。
- ④ 熱したフライパンに少量油を入れ、両面をこんがり焼いてできあがり。




☆かぼちゃとさつま芋のマッシュの作り方☆

- ①皮をむく
- ②やわらかく煮てつぶす

芋ようかん（4人分）

<材料>

- | | | | |
|---|-----------|--------|---|
| | さつま芋のマッシュ | ・・160g |  |
| A | 寒天 | ・・1.2g | |
| | 砂糖 | ・・26g | |
| | 水 | ・・80cc | |
| | 塩 | ・・少々 | |



<作り方>

- ① Aを鍋に入れて沸騰させ、火からおろす。
- ② ①にさつま芋のマッシュを入れ混ぜ合わせる。
- ③ 型に流し入れ冷やす。食べやすい大きさに切って出来上がり。

パパっこクラブの遊びをお家でも♪

パパだからこそ！
ダイナミックに！

普段パパと一緒に遊ぶ時、どんな遊びをしていますか？

やっぱりママより力持ちなパパ！そんなパパと遊ぶ時は、いつも以上にダイナミックな遊びと一緒に楽しみたいですね♪お家の中でも体を動かして遊べる、パパならではの遊びを紹介します☆

パパのお膝は無限の遊具？！

お膝の上に座って揺らしてジャンピング♪そのまま寝転んだり起き上がったりしてシーソーみたい♪足をお顔の方に近づけて、いないいないばぁをしても楽しいね♪手の力やお腹の力をたくさん使います！



今度はパパのお膝に立ってみよう！パパに支えてもらっていた手を離してみてもバランス☆ちょっとグラグラするけど、それも楽しそう♪パパの足を飛び越えるのも出来るかな？パパに足をグーパーしてもらっても♪



お次はパパに持ち上げてもらっちゃおう！お膝に乗ってビューンッと飛行機！そのままぐるっと一回転してパパの頭上に着地！最初はドキドキでも、慣れると何度もクルクル回って「もうっかい！」の嵐です♪



パパに
持ち上げて
もらって・・・

クルッと
一回転！

着地成功☆



パパの抱っこは力強くて
すごく高いね！

何回も「パパ抱っこ♡」

パパの高い高いは格別？！



パパのパワーで
子ども達との時間を
楽しんでくださいね☆

第14回 すまっこフェスタ

すまっこ・パパ・ママ
みんなであそぼう！



体を動かしたり、絵本を楽しんだり、親子一緒にふれあいましょ。地域の子育てサークルの紹介もあります。ぜひ遊びに来てください。

とき

平成29年10月14日（土）10:00~11:45
受付 10:00~ ※健康館への入館は10:00からです

ところ

須磨パティオ「健康館」3階パティオホール
（地下鉄 名谷駅下車 徒歩5分）

内容

- ★リズムに合わせてスポーツ脳トレ運動！（NPO 法人アスロン）
- ★「絵本の読み聞かせ」実演と、絵本の読み聞かせの大切さ、についてのお話。
（絵本で子育てセンター）
- ★子育てサークルの紹介

対象

須磨区内に住む就学前の乳幼児とその保護者100組（先着順）
（小学校区が須磨区の方は他区の場合も参加可）
☆お父さんの参加もお待ちしております。



昨年（平成28年）のすまっこフェスタの様子

申し込み方法

平成29年9月1日（金）～10月6日（金）
下記問い合わせ先にて電話受付
（平日 9:00~12:00 13:00~17:00）

問い合わせ

地域子育て応援プラザ須磨 電話078-731-5033
須磨区役所こども家庭支援課 電話078-731-4341

※午前7時の時点で、神戸市に大雨・洪水・暴風等の気象警報が発表されている場合は中止となります。
※区役所からの無料駐車券の発行はありません。

主催 子育てサークル連絡会・須磨区地域子育て支援センター・地域子育て応援プラザ須磨
須磨区役所こども家庭支援室・北須磨支所こども家庭支援室

この「須磨区子育て情報紙いないいないばあ」は、須磨区役所・北須磨支所・地域子育て応援プラザ須磨・須磨区地域子育て支援センター・各幼稚園・各児童館・各保育所（園）・各サークルなどに置いてあります。

編集・発行 須磨区地域子育て支援センター

☎078-792-7879

地域子育て応援プラザ須磨

☎078-731-5033

須磨区こども家庭支援課こども保健係

☎078-731-4341（代表）

北須磨支所保健福祉課こども保健係

☎078-793-1414

須磨区マスコットキャラクター
すまぼう

