



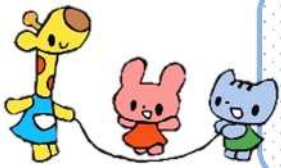
# 子育て すくえあー

保護者・子ども・地域・保育園をつなぐ情報紙



発行：葛飾区子育て支援部保育課 03-5654-8296

## 育てよう！ こころとからだ ～いっしょにあそぼう～



生活や遊びの中で、手指や体をたくさん使うと体全体の感覚が豊かになり、「動くのって楽しいな」という気持ちが育ちます。今回は簡単に作って遊べるフリスビーとけん玉をご紹介します。



### フリスビー



<材料> 厚紙、新聞紙半ページ

- ① 厚紙を円型に切る
  - ② 新聞紙で厚紙をくるむ  
(フリスビーのふちは厚めに形を整える)
- ☆上手く円型にするとよく飛ばよ♪



### けん玉



<材料> 紙コップ・たこ糸 35cmくらい  
ビニールテープかマスキングテープ

- ① 新聞紙を丸めて玉を作る
  - ② 玉をビニールテープやマスキングテープで貼って丸くする
  - ③ 紙コップの底と玉をたこ糸でつなぐ
- ☆紙コップに絵を描いたり、玉をカラフルにするとオリジナルのけん玉ができるよ♪

自分で作るおもちゃは、子どもたちにとって発見や疑問、気づきと出会う特別なおもちゃです。作る時間も遊ぶ時間も親子で会話をしながら楽しみましょう！



一緒に楽しめた  
時間がたからもの





# 元気いっぱいコーナー

夏

楽しい手作りおもちゃをご紹介します！

## ひんやりキラキラボトル

～作り方～

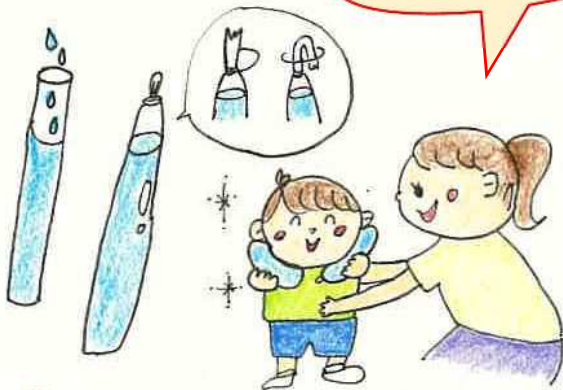
- ① ビーズ、キラキラシート、ビニールテープなど水に入れるものを用意する。
- ② 500mlのペットボトルに水と①を入れる。(水は満量入れない)
- ③ ペットボトルをシャカシャカ振ってみよう！キラキラしてとてもキレイ！



初めに冷凍庫で凍らせてだんだん溶けるのを見るのも楽しいよ！

## ひやひやマフラー

水を入れすぎると首に巻けなくなるので気を付けて！



～作り方～

- ① 傘袋に水を入れる。
- ② 輪ゴムでしっかり留める(クルクルねじってから留めると漏れにくいです)。
- ③ 首に巻いてひやひやを楽しもう！

※ひやひやマフラーを楽しんだら袋の先につまようじで小さな穴をあけ、ミニシャワーにしてみよう！

区内には暑い夏、水遊びができるプールや公園があります！ぜひ、行ってみてください！

## 金町公園

住所：葛飾区柴又3丁目24-1

- ◆遊具や池、広場があります。
- ◆夏には公園でプール遊びができ、毎年多くの子どもたちでにぎわいます。



## 曳舟川親水公園

住所：葛飾区亀有4丁目1 (亀有図書館付近)

- ◆水深が浅く、小さなお子さんも水遊びできます。
- ◆遊び場のそばには、屋根付きの休憩所もあります。



※施設情報は変更の場合がありますので、葛飾区のホームページをご確認の上おでかけください。



# もいもいクッキング



～誰にでも簡単に作れます!～

## とうもろこしポテト

<材料4人分(大人2・子ども2)>

- ・じゃがいも 400g
- ・とうもろこし 100g
- ・塩 一つまみ



完成品

### お手伝いポイント★1

じゃがいもをつぶしてみよう!



### お手伝いポイント★2

じゃがいもとうもろこしをまぜてみよう!



完成品

### <作り方>

- ① とうもろこしは茹でる直前に皮をむき、ひげを取り除いて水で洗う。
- ② 水がついたまま、ラップでとうもろこし全体を包み、600Wの電子レンジで4～5分加熱する。
- ③ 粗熱がとれたらラップをはずし、とうもろこしの粒をとっていく。
- ④ じゃがいもを洗い、包丁で十字に浅く切れ目を入れる。(深さ2～3mmくらい)
- ⑤ 水気のついたままラップに包み、600Wの電子レンジで3～4分加熱する。
- ⑥ 触れるぐらいの温度になったら皮をむいてボウルに入れ、軽くつぶしながら塩を入れる。
- ⑦ ⑥にとうもろこしを入れて、さらに軽く混ぜてできあがり!!

～きなこ黒蜜の相性がバツグン!～

## 豆乳入りくずもち

### <作り方>

- ① ◎の材料をすべて鍋に入れ、中火でよくかき混ぜながら加熱する。
  - ② 固まってきたら弱火にして、さらに1分くらい加熱する。※よくかき混ぜないと焦げるので注意!
  - ③ 粗熱が取れたら、冷蔵庫で冷やす。
  - ④ ☆の材料を鍋に入れ加熱し、黒蜜を作る。
  - ⑤ 冷えたくずもちを手でちぎり、黒蜜ときな粉をかけたら完成!!
- ※くずもちは濡らしたスプーンなどで取り分けてもOK

<材料4人分(大人2・子ども2)>

- |      |       |   |
|------|-------|---|
| ・片栗粉 | 60g   | ◎ |
| ・豆乳  | 120cc |   |
| ・水   | 240cc |   |
| ・砂糖  | 大さじ1  | ☆ |
| ・黒砂糖 | 大さじ5  |   |
| ・水   | 大さじ3  |   |
| ・きな粉 | 50g   |   |

### お手伝いポイント★1

もちを一口サイズにとりわけてみよう!



### お手伝いポイント★2

きなこ黒蜜をかけてみよう!





# 子育てで知りたいこと!聞きたいこと!悩みはありませんか?

子育てに不安や悩みは誰にでもあるものです。そのような時に一人で悩まないで下さい。誰かに話すことでホッとしたり、子育ての見方が変わることがあります。様々な相談に対応している子ども総合センターをご紹介します。



## 子ども総合センターのご紹介



子ども総合センターでは、福祉分野と保健分野が連携して、妊娠・出産から子どもの成長に合わせた子どもと家庭の総合的な支援を行っています。

0歳から18歳までのお子さんと、そのご家庭に関する相談に専門相談員がお話を伺いながら一緒に考えていきます。相談内容に応じて、保健・福祉・教育などの適切な相談機関の紹介も行っています。

### \*相談窓口のご案内 (いずれも、日曜・祝日・年末年始を除きます。)



#### 子どもと家庭に関するご相談

- 育児に不安や悩みがある。
- 子育てについて家族の理解や協力が得られない。
- 子育てが楽しくなくて子どもにあたってしまう。
- 虐待が疑われる子どもを見かけた。 など

- \* 子ども家庭係 (月～土曜日)  
8時30分～17時まで  
☎ (03) 3602-1386
- \* 児童虐待相談 (月～土曜日)  
8時30分～17時まで  
☎ (03) 3602-1389

#### お子さんの発達が気になる方のご相談

- (就学前のお子さんが対象)
- 友達とうまく関われずトラブルが多い。
  - 他のきょうだいや周りの子と違う気がする。
  - じっとしてられずに気が散ってしまう。 など

- \* 発達相談担当係 (月～金曜日)  
8時30分～17時まで  
☎ (03) 3602-1388

#### 検診や給付金のご相談

- 母子健康手帳、妊婦健康診査受診票の交付
- 母子医療給付の受付 など

- \* 母子保健係 (月～金曜日)  
8時30分～17時まで  
☎ (03) 3602-1387



お気軽にお問合せ、ご利用ください♪

\* \* \* \* \* \* \* \* \* \*

♪子育てひろば いろは♪ (要予約)

\* 乳幼児とその保護者(両親、祖父母などが)第二の家庭のように気軽に安心して交流できる場です。また、子育て講座や季節の行事やイベントも開催します。

\* 【利用時間】月～土曜日9時～17時まで  
☎ (03) 6240-7591

\* ※感染症対策のため開館時間や利用方法に変更がある場合がございます。ご利用の際はホームページをご確認ください。

\* \* \* \* \* \* \* \* \* \*

### <子ども総合センター>

- 【所在地】 〒125-0062 葛飾区青戸4-15-14 健康プラザかつしか内
- 【交通アクセス】 ・京成線青砥駅 徒歩15分 ・都営バス 亀有新道駅下車 徒歩5分  
・京成バス テクノプラザかつしか 下車 徒歩3分