

子育て情報満載!!
ホームページにも
アクセスしてください!!
<http://www.kokoemi.jp/>
ケータイ・スマホは
こちらからアクセス!



はじめまして
1月生まれの
赤ちゃん
107人
(男の子55人
女の子52人)

ここ笑み通信

子ども・子育て・笑顔のみとよ

子育てするなら
三豊が一番!

★3月のお知らせ★

乳幼児健診

対象	日程	受付時間	場所
4カ月児健診 (平成26年11月生まれ)	17日(火)	13:30 13:50	三野町 保健センター
	24日(火)		
1歳6カ月児健診 (平成25年8月生まれ)	4日(水)		
	26日(木)		
3歳児健診 (平成23年8月生まれ)	5日(木)		
	12日(木)		

10カ月児相談

対象	日程	受付時間 (開始時間)	場所
平成26年5月生まれ	17日(火)	13:00~ 13:10 (13:15)	三野町 保健センター
	24日(火)		

◎乳幼児健診・相談は子どもの成長・発達を知る節目の時期に実施しています。ぜひこの機会に受けましょう。

ツインズの会

対象	日程・時間	場所
16週以降の妊婦 (希望者は4日~17日までにお申し込みください)	18日(水) 10:00~11:30	高瀬地域 子育て支援センター

児童相談

対象	日程・時間	場所
18歳未満の子どもとその保護者 (希望者は23日までに電話でお申し込みください)	24日(火) 13:30~16:00	市役所3階

◎県の専門員が相談に応じます。◎保護者のみの相談も可能です。
▶申し込み・問い合わせ 子育て支援課 ☎73-3016

わたしもそうかも・・・
**いろいろな“苦手”や
“困り感”を
相談できます!**

いろいろな“苦手”があって、勉強や仕事でたくさんの“困り感”をもっている人たちがいます。

仕事の優先順位が分からない
じっとしてられない
片付けが苦手
忘れ物が多い・物をなくしやすい
集中が続かない・気がそれやすい
同じミス、失敗を繰り返す
場の雰囲気や状況、人の気持ちを察しにくい

努力が足りないわけでも、親のしつけができていないわけでもありません。もともと生まれもった性質なので、周囲の気づきと正しい理解、専門知識に基づいた途切れないサポートが必要です。

何が苦手で、どこを工夫してどうサポートすればいいのか...一人ひとりに合ったサポートを一緒に考えていきましょう。

気になることがある人や、家族のことで困っている人は、気軽にご相談ください。

●相談先●
福祉課 ☎73-3015
子育て支援課 ☎73-3016
学校教育課 ☎62-1139

食べるって★ タ・ノ・シ・イ!!!

育児に家事に仕事に、毎日忙しいパパやママ。日々時間との闘いの中でも、食べることを楽しい時間にできたら...。そんなパパやママの思いを受け、今回は、食育に力を入れ、地産地消給食等メニューコンテストで全国表彰された財田保育所に潜入。「楽しく食べる」コツを聞いてみました。

自分が作った食べ物はだ~いすき!
自分たちが苗を植え、水をやり、世話をした食べ物は、子どもたちは嫌いな食べ物でも、おいしそうに食べます。自分が携わってできた野菜はおいしさも格別です。



川崎美香調理員



▼財田保育所の元気なおともだち

コツ2

調理は簡単にバランスよく★
忙しい朝は特に、一から手間をかけ、ごはんを作ることはなかなか難しいもの。どうしても、おにぎりだけ、食パンだけ、菓子パンだけに偏る傾向があります。完璧主義にならず冷凍食品などを上手に活用することで、子どもにとってはバランスよい食事に、おうちの人にとっては時間の短縮になります。



白川久美子所長

**切り方、飾り方ひとつで興味津々♥
旬のものをふんだんに**
野菜を星形に切る、サンドイッチ用のパンにジャムをぬってぐるぐる丸めてこいのぼりの形にする、ハンバーグにウインナーやちくわで目や頬を描き、アンパンマンやくまさんの形にする。そんなちょっとしたことで、子どもは食べることに興味を持ちます。また、旬の野菜は栄養価も高くコストも安い。旬ものをしっかり取り、食べ物で季節を感じられることも食育の一つです。



筒井めぐみ調理員

かんたんレシピ♥ 財田保育所では保護者の皆さんに定期的に簡単朝食メニューを紹介しています。

かぶのとろとろ天津飯
旬のかぶの葉っぱの部分も使うので栄養もたっぷり♥

材料1人分
・小かぶ(葉も)1/2 ・卵1個
・油小1 ・水150cc ・鶏がらスープ小1
・水溶性片栗粉小2 ・生姜(チューブ)小1/2
・ごま油小1/3

- ① かぶと葉っぱの部分を食べやすい大きさに切る
- ② 鍋に①と水、鶏がらスープ、醤油を入れさっと煮こむ
- ③ ごま油を入れ、水溶性片栗粉でとろみをつける
- ④ 小さめのフライパンに油をひいて溶き卵を流して焼き、ご飯の上に乗せ、③をかける

餃子ドック
冷凍食品も使い方次第で簡単に美味しく♥

材料(8枚分)
・パンケーキの素1袋(150g)
・水180g ・餃子(冷凍でもok)1袋

- ① ボールにパンケーキの素と水を入れよく混ぜる
- ② フライパンを熱し、弱火で①を両面焼く
- ③ 熱したフライパンに餃子をならべて5分蒸し焼きにする
- ④ パンケーキに餃子をはさむ

♥野菜をはさんだり、餃子のタレをつけて食べるとういしいですよ

M's Smile ふおとぎやらいい 3月生まれ

●おなまえ ●生年月日 ●両親の名前(町名) ●メッセージ



しのはら おと
① 篠原 緒翔ちゃん
② 2014年3月27日
③ 栄司・敦子(山本町)
④ なにをやってもかわいなおとちゃん。あなたがいて幸せです(*^_^*)



おおもりしょうたろう
① 大森丈太郎ちゃん
② 2014年3月7日
③ 正芳・恵美(高瀬町)
④ 元気がいっぱい、笑顔いっぱい大きくなれ!!

5月生まれの愛とる募集(先着順)
市内在住で、満1歳の誕生日を迎える愛とるを募集しています。5月生まれで掲載を希望する人は3月10日(火)~31日(火)の期間に市ホームページから申請書をダウンロードし、必要事項を記載の上写真(データ可)を添えて、秘書課まで持参してください。
D 73-30001 秘書課

**ウィズの会
(発達障がいをもつ保護者のつどい)**

日 時 3月12日(木)
午前10時~12時

場 所 西讃保健福祉事務所

内 容 情報交換など

講 師 アルプスカがわ担当者

対 象 発達面で気になる子どもを持つ保護者など

注意事項 参加する人は事前申込が必要

▶申し込み・問い合わせ
西讃保健福祉事務所 ☎25-2052