

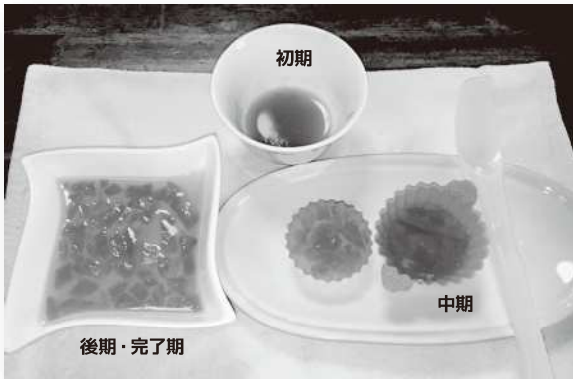
おとなも子どもも  
いっしょにごはん!



[レシピ紹介]  
くみちゃん

「トマトゼリー」

♪ 酸味がないのでトマトが苦手でも食べられそう♪



[材料]  
4人分

- ・ トマト 100g
- ・ 果汁100%りんごジュース 480cc
- ・ 粉寒天 4g

中ぐらいの  
大きざで  
約1個分

★作り方

- ① トマトを湯むきして皮と種を取りのぞき、細かく切る。  
(取った種はスープやカレーに入れて活用してね♪)
- ② 鍋にりんごジュースと寒天を入れて火にかける。沸騰したら弱火にして寒天が溶けて透き通るまで混ぜる。
- ③ ②に①を入れて混ぜ、水で濡らした型に流し入れる。
- ④ 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。

★取り分けメニュー

- 初期** ①を裏ごしし、加熱する。
- 中期** ①の細かく切ったトマトをそのままどうぞ!
- 後期  
完了期** ④を冷蔵庫で冷やして固まったらできあがり!  
大人と一緒に食べましょう♪

☆大きな器で冷やしてみんなで取り分けたり、お弁当用のカップで作ってみても楽しいよ ☆

↑ ※切り取ってレシピカードとして利用してね!

インフォメーション

ゆっくりほっこり。  
親子で集う出会いと交流の場です。  
もちろん初めてでも大丈夫!  
スケジュールをチェックして  
お気軽にお越しください♪



西淀川区 子育てを応援する担い手育成地域連携事業  
みんぱで子育て!  
**に~よんステーション**  
大阪市西淀川区御幣島1-2-10 西淀川区役所 1階です  
TEL/FAX 06-6473-2422 (に~よんにこ)

「手づくりおもちゃやえほんがいっぱいあるよ!」  
「様々な子育て支援講座や小児科医の相談係りもあります!」

開所日時/月曜日~金曜日 9:30~15:30  
不定期に申込制の講座の開催があります。

「つどいの広場」は、いつでも誰でも無料で気軽に利用できる親子の交流の場です。

大阪市つどいの広場委託事業

**にっこりRoom おおわだ**  
西淀川区大和田6-3-29 TEL/FAX 06-6195-1303

お茶をしながらみんなでおいしゃべり  
ほっこりcafé 毎月第3月曜日開催

様々な講座、あたいじょうび会なども開催しています!

**にっこりRoom ふくまち**  
西淀川区福町2-12 大阪市宮福第2住宅2号棟104号  
TEL 06-7175-5239

お茶をしながらみんなでおいしゃべり  
ほっこりcafé 毎月第3火曜日開催

おもちゃやえほん、ベビーベッドもあります!

開所日時/月曜日~金曜日10:00~15:00(不定休や土・日オープンの場合あり)

午前と午後入れ替え制です

※に~よんステーション&にっこりRoomおおわだ/にっこりRoomふくまちは、NPO法人に~よんにこが運営しています。詳しくはホームページを見てね! [に~よんにこ] 検索

絵本  
だいすき!

[絵本紹介]  
ぼけっと  
(絵本の会 西淀川)

楽しい音と  
リズムにあわせて  
たくさんの動物たちが  
画面いっぱい  
登場するよ!



こどものとも 0.1.2  
「ちやふちやふぶーん」

得田之久/文  
及川賢治/絵  
(福音館書店)

表紙は、ぞうさんとてんとうむしさんが、目と目を合わせてこんにちわ。ぞうさん、みずあそびちやぶちやぶじゃー。くまさん おすもう どっすんどっすんどすどすどすん。ぶたさんは、でんぐりがえし。おさるさん、うさぎさん、てんとうむしさんもたのしく遊びます。どの頁も親子で動物になりきり、ふれ合い遊びを楽しんだり、また一緒に数を数える楽しみのある絵本です。

西淀川図書館 ●ふわふわクラブ 毎月第1金曜日 ①10:30~11:00 ②11:15~11:45  
7月7日(金)、8月4日(金)  
●もこもこクラブ 毎月第4木曜日 11:00~11:30  
7月27日(木)、8月24日(木)

※この絵本は区役所4階「親子ゆったりスペース」にて展示しています。(貸し出しは図書館にて)

ちょっと  
気になる  
Q&A

たいした悩みではないものの、子育てに関する日々のちょっとした疑問・質問に子育て支援室がお答えしま〜す。

Q 夏にトイレトレーニングを始めたらいいと聞けど... どうやって始めたらいいの?  
(2歳2ヶ月児の母)

A 夏は薄着になり着脱しやすく、汗をかくので排泄の間隔が長くなる事が多く、夏がトイレトレーニングを始めるチャンスと言われています。

まずは、パンツを脱いで短時間トイレに座ることから始めましょう。トイレに座る時間は、楽しいことを始める前がおすすめです。例えば、出かける前、おやつの前などです。トイレが嫌な場所にならないようにすることが大事です。そして気長にその日が来るのを待ちましょう。成功したら、お気に入りのパンツを一緒に買って、ついでに着脱の練習もしちゃいましょう。

●このコーナーでは皆さんの子育てに関する疑問・質問を募集しています。下記のメールアドレスまでお寄せください!

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー] は

西淀川区で生活する親の視点に立ち、「必要で・役立つ・便利な」情報をまとめて発行する地域密着型の情報誌を目指しています。発信だけでなくとどまらず、みなさんの声を受信できる場でありたいと思っています。ご意見・ご感想など、ぜひ皆様の声をお寄せ下さい。

【メールアドレス】 ni-yon@oregano.ocn.ne.jp

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー]は、西淀川区役所HPからもご覧いただけます。(バックナンバーもご覧いただけます)

※本誌の記事、写真、イラストなどの無断転載、再発行等を禁じます。