

■開館時間
 ・火～金曜日(第3木曜日は休館) AM10:00～PM7:00
 ・土・日曜日、祝・休日、7/21～8/31の月曜日 AM10:00～PM5:00

■休館日
 ・月曜日(7/21～8/31は開館、国民の祝日と休日にあたる場合は開館)
 ・毎月第3木曜日(国民の祝日と休日にあたる場合は開館)
 ・年末年始・蔵書点検期間



いまざとライナー・シティバス「大池橋」をおりて、南西に歩いて200メートル

★赤ちゃんむけの絵本や紙芝居など取り揃えています。小さなお子さんと一緒に絵本を選んでいただけます。



★絵本の会
 絵本の読み聞かせや紙芝居などをしています。事前申し込み(前日までに来館または電話)が必要です。
 ・毎月第1土曜日 PM 2:30～3:00 申込先着15人
 ・毎月第2水曜日 AM11:00～11:30 申込先着10組 **0・1・2歳向け**



移動図書館まちかど号巡回 中央図書館自動車庫 電話 06-6539-3305

★区内3か所のステーション(巡回場所)を月に1回巡回しています。
 ・天理教高上分教会(新今里 5-3)
 ・新興東会館・老人憩の家(巽東 4-11)
 ・せいりょう巽北駐車場(巽北 2-22)



※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、催し中止の可能性がります。開館状況については、事前に図書館ホームページなどで確認のうえ、ご来館ください。

こどものつばやきコーナー

子どもたちと一緒にいると、楽しい一言や、心に残る素敵な言葉が聞こえてきます。私たちが忘れてきている、こどもの世界へご案内いたします。

～ちよつと遼うんだな～ シリーズ その1
 母「バナアイス、ちょうだい！」
「ワニアイス～！」 (Aさん、2歳児)

～ちよつと遼うんだな～ シリーズ その2
 母「ぶどう、くださいな」
「はい、ぶどう～」 (Bさん、2歳児)

～ちよつと遼うんだな～ シリーズ その3
 母「ブッコロリー、好きなんだよね」
「ブッコロリー、たべる～！」 (Cさん、2歳児)

絵本の紹介 ー生野図書館よりー

「れいぞうこ」(あけて・あけてえほん)

新井 洋行 / 作・絵 偕成社 2009.4

縦長で厚紙製の、まさに冷蔵庫のような形の絵本です。扉を開けるように表紙をめくると冷蔵庫の中身が現れます。「ぎゅうにゅうさん」と呼ぶと、「はい」と返事をして「とっ とっ とっ」とコップに注がれていきます。次々と美味しいものが飛び出して、楽しい食卓のできあがり。食べることに興味を持ち始めたお子さんにおすすめです。



8～9月号 ぽこぽこ いくのっこだより Vol.66

特集

食欲が落ちる時期の食の工夫について

食欲が落ちやすいこの時期ですが、食べなくては暑い夏を乗り切ることができません。まずは3食、抜けずに食べることを意識しましょう。特に朝ごはんは生活リズムを整えるためにも大事です。一度にたくさん食べられない幼児期は上手に間食も取り入れましょう。



間食の目安 1～2歳児…10時と15時の2回 3歳児以上…15時の1回

3食の食事で補えなかった栄養素を取り入れましょう。甘味・塩味は控えめに。

夏バテ予防に…かんたん朝食レシピをご紹介します♪

【梅にゅうめん】 材料(大人1人分)

- ・豚肉薄切り…40g
- ・もやし…30g
- ・青ねぎ(小口切り)…5g(1本)
- ・そうめん…50g(1束)
- ・鶏がらスープの素(顆粒)…少々
- ・梅干し…1/3個

(作り方)

- ①水カップ1(200ml)を鍋に入れ、沸騰したら小さく切った豚肉を入れて煮る。
- ②①にそうめん、もやし、梅干しを入れ、味を見ながらスープの素を加える。
- ③そうめんが好みのやわらかさに煮えたら、最後に青ねぎ(小口切り)を入れてできあがり。

※もやしの他、ズッキーニ、なす、トマト等の夏野菜を加えてもいいです。

夏野菜やビタミンB1を多く含む豚肉、レバー等を上手に取り入れましょう。



好き嫌いが多くて困ってます～

好き嫌い対応のコツを保育士さんに聞いてみました!

子どもと一緒にクッキングを…中でもお好み焼きはおすすめです。(キャベツを手でちぎる。具材を混ぜる・鉄板で焼く・ソースをぬる・かつお節・青のりをふりかける等…子どもと一緒にできることがたくさん!)自分で作ると、喜んで食べてくれますよ。苦手な食材も小さく切って混ぜてしまえばわかりません～(´艸`)



保育園で子どもたちと夏野菜を育てています。自分たちで育てた野菜は格別!苦手であっても、おいしいと言って食べてくれる事があります。実際の食材に触れるのも効果的。買い物の際、子どもに野菜等を選ばせてみるのもいいかもしれませんね!



【全部食べた!】と子どもが思えるように、一度にお皿に盛る量を減らしたり、弁当箱に詰めていつもの食卓ではなく、ベランダや公園で食べてみたりするのもおすすめです!



「小松菜を食べると骨が強くなるよ!」「玉ねぎは血がサラサラになるんだって。食べてみる?」などと食べ物の栄養の話をおり混ぜながら声掛けをすると興味を持って食べてくれることも多いです。

生野区の子育て情報を見るなら

いくの音～の

