

つどいの広場 ポポポ

日曜日

ちょっぴり子育てがしんどくなった時…
どこかへ出かけるのはしんどいけど、ちょっと親子で
気分転換したいと思った時

「つどいの広場ポポポ」

にあそびに来ませんか!
楽しく、そして面白い出会いとあそびが
いっぱい～す!!

木曜日



火曜日

水曜日

ポポポのお部屋をたくさんご紹介します!

手作りおもちゃで
いっぱいです



フルーツを収穫ごっこ



段ボールで作ったおうち



手作りのキッチン

日曜日～木曜日 9:00～14:00

★(月1回)ポポポカフェ
第1木曜日14:00～15:00

お問い合わせ 聖和共働福祉会 大阪聖和保育園
子育て支援・多機能センター
〒544-0034 大阪市生野区桃谷5-4-5
TEL 06-6777-2580



こどものつぶやきコーナー

こ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。
私たちが忘れかけている、こどもの世界へご案内いたします。

～ままごとコーナーで～

保育士：「ホットコーヒーください」

Rちゃん：どうぞ

保育士：飲むマネをして「あ～おいしい！」

Rちゃん：「コーヒー(飲んで)、“ほっと”した!？」

(Rちゃん 2歳児)

絵本の紹介 生野図書館より

『はーくしよい』(せなけいこのえ・ほ・ん 10)
せなけいこ / 作・絵 ポプラ社 2013.11

元気なるるちゃんが、
「はーくしよい」とくしゃ
みをしました。セーター
を着て、マスクをかけて
も、なおりません。はり絵
を使って描かれた絵で、
るるちゃんの困った様子
が伝わってきます。



にこにこ いくのっこだより

Vol.63



いくのおばあちゃんの知恵袋

からだ あたた じゅつ めん えき りょく アップ
身体温め術で免疫力UP ↑ するかもっ!?

寒い冬を乗り切ろう!

お風呂上りにひと工夫! ひざから下の水シャワー

で引き締めを・・・
一気に湯冷めしにくくなりますよ

根菜類のススメ!

「土の中に出来る野菜は体を温め、
土の上に出来る野菜は体を冷やす」
と語り継がれています。特に冬の旬
の野菜がお勧め。加熱するとさらに
ポカポカに!
(大根、人参、ごぼう、れんこん、いも等)

★あたためよう★ 3つの首

(首・手首・足首)

余ったあずき

を古い靴下に入れて口をしぼり、
電子レンジで30秒～1分程チン!
カイロ代わりにじんわりとあたた
まるヨ! お手玉遊びもできちゃ
います。



疲労回復のクエン酸・抗菌滅菌
作用の高い梅肉と醤油を練り合
わせ、番茶と生姜を加えた

梅醬番茶

うめしょうばんちゃ
どんな味が試してみてね。
お茶漬けにもいいかも～!



～心も体もぽっかぽか♪～

お子さま向けには、温めた牛乳にあんこを入れて・・・。
大人はミルクティーのお砂糖代わりにあんこをお好みで。(^^)/
あずきは、低脂質・高タンパクで、ビタミンB群やミネラル、食物繊維も
豊富です。
甘くておいしい簡単あったかドリンクをお供に、親子で『ほっこりタイム』
を楽しんでみてはどうでしょう～!

あんこ入りホットミルク&ミルクティ