



きらりたのしいくらし

KITA-KU

子育て応援します！地域からのイチオシ情報を掲載します。

2015年 冬号

〈発行〉
北区子育て支援連絡会
北区役所・子育て支援室
北区扇町2-1-27
TEL:6313-9533
編集:北区子ども・子育てプラザ



～冬の遊び特集～

『ペットボトル マラカス』

材料 ペットボトル テープ(ポンド)
ビーズ、鈴、ボタンなど
(100円ショップなどで購入出来ます。)

作り方 ①ペットボトルに好きなビーズ、鈴
などをいれる。
②ふたを強く閉め、テープ、ポンド
などで開かないようにしっかり
止める。 出来上がり♪
鈴を抜いて、水を入れても楽しいですよ！



『でこちゃん』

♪でこちゃん はなちゃん きしゃポッ～ポ
ラ ソソ ラ ソソ ラソ ミ ソラ



お顔の遊びです。
大人の指で子どもの顔をやさしくつついていきます。

①♪でこちゃん→おでこ

②♪はなちゃん→鼻

③♪きしゃポッ～ポ→ほっぺ
ほっぺの時は指先でほっぺをくるくるなで
まわし、最後のポで軽くつつきます。



提供：中津保育園

自然の氷をつくってみよう！



プリンカップなどの空容器や
洗面器などに水を入れ、寒～い
日の夜一晩外に置いておくと

あら不思議！？ 水が氷に変身！！

子どもたちは寒さも忘れ、氷あそびに夢中
です。

水に絵の具や食紅で色をつけるとカラフルな氷になります。花や実、葉っぱを入れておけば、見ためもおしゃれな草花入り氷の出来上がり！！
ためしてみてくださいね。



ちっちここへ (てあそび)

鳥さん、ここにとまれ！あれれ、どこいくの～？「ぱたぱたぱた～」と鳥が飛んでいくぐさに子どもたちはくぎづけです。

＜あそび方＞

① **ちっち** **ここへ** **とまれ**
とまらん **ちっちは** **とんでいけ**

※両手のひとさし指をつけて離す。これを繰り返す。

② **パタパタパタ～**

※鳥が飛んでいるように、ひとさし指を曲げ伸ばししながら上に向かって動かし、指先を目で追う。



提供：市立大淀保育所

北図書館より

おすすめ絵本

「おててがでたよ」 林 明子/さく
(福音館 あかちゃんの絵本) 福音館書店



表紙には大きな洋服を頭にかぶった、つぶらな瞳のはだかんぼうの赤ちゃんが描かれています。ページをめくるときにあらわれる赤ちゃんの仕草に思わずほほえんでしまいます。

親子で、赤ちゃんのからだに触れあいながら読むのにもおすすめの絵本です。

「十二支のはじまり」(日本の民話えほん)

岩崎 京子/文 二俣英五郎/画 教育画劇



ね・うし・とら・う・たつ・み…、呪文(じゅもん)のように唱えて覚えた干支(えと)の順。むかし、年の暮れ、神様が動物たちに「正月の朝、ごてんに来るように…」とお触れを出したとか。生まれ年につきものの干支(えと)について、12の動物たちに決まった由来を教えてくれる楽しい絵本です。

北図書館 北区本庄東 3-8-2 電話：06-6375-0410

提供：クオリスキッズ北梅田保育園 給食室

かんたん！てづくりおやつ♪ [マカロニきなこ]

お正月用にと買ったきな粉、余っていませんか？マカロニに和えて手軽におやつができてしまいます。

【材料】 幼児1人分

- マカロニ 15グラム
- きな粉 小さじ2
- 砂糖 小さじ2
- 塩 少々

【作り方】

- きな粉・砂糖・塩は混ぜ合わせておく。
- マカロニをたっぷりのお湯で茹でた後、水で洗い水分をきる。
- 2に1をまぶす。



※マカロニはお好みの形のものがOK。リボン型などで作ると見た目もかわいいですね。

きな粉には食物繊維が多く含まれ、便秘解消・ダイエット等に効果があります。また、カルシウムも豊富で骨を丈夫にしてくれます。

冬の感染症にご注意！！

提供：蓮美幼児学園てんまんぐうナーサリー

●感染性胃腸炎

主な症状

- 嘔吐、下痢、発熱
(ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス・サポウイルスなどが原因)
- ロタウイルスが原因の場合、下痢便が白くなることもある。

●インフルエンザ

主な症状

- 発熱、鼻水、せき、喉の痛み、関節痛、倦怠感

このような症状が見られる場合はすぐに病院で受診をしてください。

★ 家庭で気をつけること ★

- 手洗いを励行し、家庭内での発生を注意しましょう。
- 嘔吐物や下痢便の中にウイルスが含まれています。症状が落ち着いた後も、2~3週間は便、オムツの扱いに注意しましょう。
- 食事や水分は少しずつこまめに与え、脱水に注意しましょう。



地域子育てサロンをはじめ、子育て情報は、北区ホームページ、または携帯サイトをご覧ください。

北区子育てマップや、情報誌 KITA-KU も掲載されています。

★ 北区のホームページ・・・<http://www.city.osaka.lg.jp/kita/>

★ 北区区の携帯サイト・・・<http://www.city.osaka.lg.jp/mobile/kita>

バーコードリーダー搭載機種をお持ちの方は右記の画像を読み込んで、アクセスできます。

