

おとなも子どもも
いっしょにごはん!



【レシピ紹介】
わこちゃん

お焼き風スイートポテト



材料 (5cm くらい15個)

- ・さつまいも 1本(300g)
- ★・片栗粉 大さじ3
- ・牛乳 大さじ3 (豆乳でもOK)
- ・バター 適量
- ・黒ごま 適量



さつまいも100gに対して
★を各大さじ1にするのが
ポイント!

作り方

- ① さつまいもの皮をむき、3cm幅の輪切りにし、鍋に入れる。
- ② 水をひたひたになるように入れて15分ほど
さつまいもが柔らかくなるまで煮る。
- ③ お湯をこぼし、さつまいもをフォークなどで
つぶして★を入れて混ぜ、丸く形成する。
- ④ フライパンにバターを引き、弱火で両面を焼き、
うっすらと焦げ目がついたら黒ごまをかけて出来上がり♪

さつまいもを1cmの輪切りにし、ラップをかけ、電子レンジで
6分ほど加熱して柔らかくしてからつぶしても簡単にできますよ!!
その時は牛乳を大さじ1増やしてくださいね。

インフォメーション

↑ ※切り取ってレシピカードとして利用してね!

とにかくいちど体験して!

おやこ劇場の良いところを伝えたいの〜

明治生まれの足踏みオルガンの音色に
なぜか涙してしまう…。親子で感動体験を!

11/17
(日)
11:30 開演

定員40人先着順受付
入会金300円
3ヵ月分会費3300円
(1ヵ月ごと分割納入可)
上演45分 0歳〜OK



会場: チェリースペース(千舟)

3歳まで無料 必ず5分前迄に着席できるようにご準備を!

西淀川区役所の各種情報は、区の公式LINEで発信されています。



LINE

区のイベントや防災情報
など随時更新中。
ぜひチェック
してみてください。

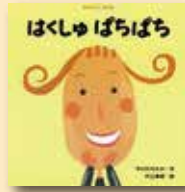


詳しくは 西淀川区役所 政策共創課 5階52番窓口 ☎06-6478-9683 まで

絵本
だいすき!

【絵本紹介】
ぼけっと
(絵本の会 西淀川)

拍手って
するのもされるのも
とっても嬉しいもの。
笑顔で ぱちぱち☆
赤ちゃんも一緒に
楽しめる絵本です。



はくしゅぱちぱち

中川ひろたか/文
村上康成/絵
(ひかりのくに)

三匹の動物たちが、それぞれ自分の得意なことを披露します。
その都度のんちゃんが、笑顔でぱちぱちと拍手をします。
そして、元気で明るいお母さんが登場。体操をします。
動物たちに拍手をしていたのんちゃんを お母さんが笑顔で手招き。
不思議そうな顔をしたのんちゃんが登場。
さて、何が始まるのでしょうか?
そして、それを見ていた動物たちが驚きながら拍手をします。
絵も文章もシンプルですが、ほのぼのとした絵本です。

西淀川ここのとりの図書館 ●ふわふわクラブ 毎月第1金曜日 10:30~10:50
9月6日(金) 10月4日(金)
●もこもこクラブ 毎月第4木曜日 11:00~11:20
9月26日(木) 10月24日(木)

参加無料
・定員/各回10組
(当日先着順)

この絵本は西淀川図書館にて貸し出しを行っております。ご利用ください。

子育て
コラム

泣いたり!笑ったり!日々子育てに奮闘するパパ&ママの手記

子育て数珠つなぎ

気持ちの持ち方

By. 青空パパ



我が家は、妻、長女(年中)、次女(年少)、私の4人で生活しています。共働きのため、二人とも同じ保育園に通ってもらっています。年子ですが、長女は4月生まれ、次女は3月生まれで1歳11ヵ月離れています。仕事が忙しい時は、私自身に余裕がなく、夜寝る前の絵本を読む時間も、「今は寝るための時間で絵本をたくさん読む時間じゃないよ」と伝えて、十分に子どもと過ごす時間がとれていませんでした。

長女が4歳の頃、子どもたちを寝かしつけた後、ふと、スマートフォンにある子どもたちのアルバムや動画を見返していると、いつの間にかとても大きく育ててくれていること、これから子どもたちが大きくなるまでに親として接することができる時間を考えたときに、それはとても限られた時間であることに気がつき、そこから子育ての意識がガラッと変わりました。

子どもたちとどの絵本を読もうか話しながら選んだり、一緒に買い物に出かけたり、自転車の練習をしたり、虫取りをしたり、そういった何気ない時間も今しか過ごせない大切な瞬間であると感じることができて、私自身、子どもたちと一緒に過ごす時間がより楽しいものになりました。

今は出来る限り、その瞬間を一緒に過ごして得る喜びを楽しんでいこうと思います。



西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー]

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー] は、西淀川区役所HPからで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)

ご意見・ご感想など、ぜひ皆様の声を寄せてください。

【メールアドレス】 ni-yon@oregano.ocn.ne.jp

※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。

