

ひとり親家庭応援 パソコン パワーポイント講習会

資料の作成やプレゼンに欠かせないパワーポイント。実際にプレゼンシートを作成しながら学んでみませんか。

- 日時 12月3日(土)・17日(土) 9:30~16:30
 場所 クリエイトPC教室(水戸市北見町 8-12)
 定員 15名程度
 対象者 ひとり親家庭の母・父及び寡婦で、パソコン初級・中級以上で、2日間必ず出席できる人
 参加費 1,000円(テキスト代)
 申込期間 11月7日(月)~22日(火)
 備考 ・定員になり次第締め切ります。
 ・無料駐車場有
 ・託児付き(要予約・2歳以上)



●申込み・問合せ

茨城県母子家庭等就業・自立支援センター
 (水戸市三の丸 1-7-41)
 ☎ 029-233-2355
 ✉ shienboshi@ibaboren.or.jp



ハッピースマイル

カメラ大好きっ子
カメラを向けるとこの笑顔♪



お子さんの写真を大募集!!
 メール又は郵送で
 市役所企画広報課まで
 info@city.takahagi.tg.jp

📷 6ヶ月

いいと かずと
 飯樋 一斗くん (H28.3生まれ)

子育てカレンダー

11月

5日(土)	市報11月号発行日
6日(日)	
7日(月)	
8日(火)	
9日(水)	🍷 レインボーおはなし会(10:30~11:00)
10日(木)	
11日(金)	📺 パパママレッスン「2回目」(18:30~20:30)
12日(土)	📖 子ども映画会(14:30~)
13日(日)	
14日(月)	
15日(火)	
16日(水)	🍷 バルーンアート(10:30~11:00) 📺 2歳児歯科健診(12:30~16:00)
17日(木)	
18日(金)	
19日(土)	📖 おりがみ教室(14:30~)
20日(日)	
21日(月)	🍷 15:00まで開館
22日(火)	
23日(水)	🍷 つどいの広場休館
24日(木)	
25日(金)	
26日(土)	📖 おはなし会(14:30~)
27日(日)	
28日(月)	📺 健康・歯科相談(8:45~11:00)
29日(火)	
30日(水)	🍷 赤ちゃん教室(10:00~12:00) 👉参加者以外は11:30から開館

親子ふれあい交流事業 参加者募集

- 日時 11月13日(日) 6:20~20:30(予定)
 行先 東京ディズニーシー
 対象者 父子家庭及び母子家庭の親子
 (高萩市母子寡婦福祉会会員優先)
 参加費 大人(18才以上) 7,000円
 中人(12~17才) 6,000円
 小人(4~11才) 5,000円
 3才未満 3,000円

申込期限 11月10日(木)まで
 ※詳細は、お問い合わせください。



●申込み・問合せ

高萩市母子寡婦福祉会 会長 佐川
 ☎ 23-3336

総合福祉センター2F

萩っ子 つどいの広場通信

●問合せ
 子育て支援課
 ☎23-2129

10月の活動

イベント「みのむしを作ろう」では、赤ちゃんはママと一緒に♪大きいお友だちはママに見守られながら、クレヨンを上手に使って、楽しく製作できました。



11月の予定 子育てカレンダーも見てね♪

赤ちゃん教室

『生活リズムと赤ちゃん体操』

小さなお子さん・お父さん・お母さん、みんなで楽しく遊んで情報交換しましょう♪いつでも無料ですので、お気軽に遊びに来てください☆スタッフ一同お待ちしております!

もよおし

『レインボーおはなし会』
 『バルーンアート』



【持ち物】
 ・子供の名札
 ・飲み物(水・お茶)
 ※対象:未就学児



開館時間のご案内(通常9:00~16:00)

【休館日】

・11/23(水)

【変則日】

・11/21(月)15:00まで

・11/30(水)11:30から

※イベント・赤ちゃん教室参加者以外



12月

1日(木)	
2日(金)	
3日(土)	
4日(日)	
5日(月)	市報12月号発行日

白抜きは会場

📺 総合福祉センター 詳しくは7ページ「すこやか」

🍷 萩っ子つどいの広場(総合福祉センター2F)

📖 図書館 詳しくは14ページ「図書館だより」

子育てインフォメーション



気をつけたい、こんな叱り方

◆感情に任せた叱り方

「もういいかげんにしなさい！」

その時、子どもはこんな気持ち

◆人格を否定した叱り方

「本当にあなたは悪い子ね!!」

怖いよ。
よくわからないけど、
ごめんなさいって言っちゃおう...

◆フォローのない叱り方

「もう知らないから!」
「勝手にしなさい!」

ぼくはダメな子なんだ...
悪い子なんだ...

◆以前の事を引き合いに出す叱り方

「この前も同じこと言ったよね!」

ママは、ぼくが嫌いなんだ...
ぼくのこと、怒ってばかり...
ぼくも、ママなんて嫌いだよ!



子供を叱る時は、どうしてほしいのかをわかりやすく簡潔に伝え、注意されたことを直せたら、ほめながらスキンシップを取るなど、フォローを忘れずに。

11月23日は勤労感謝の日

「勤労」も「感謝」も、子供には少し難しい言葉です。でも、「お仕事をしている人に“ありがとう”っていう日だよ」と話すと、「郵便屋さん」「運転手さん」など、具体的にイメージできるようです。多くの人に支えられていることを実感する機会にしたいですね。



インターネット販売の母乳に注意!

赤ちゃんの健やかな発育・発達のために母乳は有効ですが、必要に応じて、完全母乳にこだわらず、育児用の粉ミルクを使うことも大切です。

インターネット等で販売される母乳は、提供した母親がかかっている病気の状況や搾乳方法、保管方法等の衛生管理の状況が分かりません。そのため、乳幼児に飲ませると、病原体や医薬品等の化学物質等が母乳中に存在していた場合、乳幼児の健康を害するおそれがありますので、ご注意ください。

楽しいお散歩

秋は、お散歩日和が多くなりますね。歩くことは、足腰の発達や脳への刺激も含めて、体にとっても良い影響を与えます。車を使う生活を見直して、親子で一緒に歩いてみませんか。色々な発見を通して会話が弾み楽しいひとときとなるでしょう。

孫育コラム《孫を守ろう》

リビング編



- ・たばこや灰皿、ライターは手の届かない場所に移動。
- ・ソファなど、高いところに寝かせない。
- ・コンセントに感電防止キャップをつける。

子供が喜ぶ三つ星レシピ!

萩っ子Kitchen



揚げ春巻き

材料 (20本分)

- ライスペーパー 20枚
※春巻きの皮でもOK
- サラダ菜・青じそ 適宜
- 揚げ油

▼タレ

- ・酢 大さじ1
- ・醤油 大さじ1

作り方

- ①きくらげ、はるさめは、それぞれ水につけてもどす。はるさめは包丁で切れる程度のかたさになったら1cm幅に切る。きくらげは石づきを除いてみじん切りにする。玉ねぎ、にんじんはそれぞれみじん切りにする。
- ②ボウルに①と残りの全てのあんの材料を加え、粘りが出るまで練り混ぜる(A)。
- ③ライスペーパーでAを包む。
- ④揚げ物用の鍋に3cmくらいの揚げ油(常温)を入れて③を入れ、火にかける。カリッとした色がつくまでじっくり揚げる。
- ⑤器に盛って、サラダ菜とタレを添えたらできあがり!

▼ひき肉あん

- ・豚ひき肉 200g
- ・玉ねぎ 1/6個
- ・にんじん 40g
- ・にんにくのみじん切り 大さじ1
- ・きくらげ 5g
- ・はるさめ 10g
- ・いりごま(白) 大さじ1
- ・塩 小さじ1/2
- ・粗びき黒こしょう 少々
- ・ごま油 大さじ1/2
- ・落し卵 1/2個分



ベトナム料理研究家
鈴木珠美さん(高萩大使)レシピ提供

巻き方アドバイス

まな板にきつく絞ったぬれぶきんを敷いてライスペーパーをのせ、手に水少々をつけて全体にぬる。
手前にA(約大さじ1)を長細い円弧にのせる。
手前から少し巻き、具を押さえながらぎゅっ2回巻き込む。
左右を内側にたたみ、空気が入らないように注意して、手で転がすように最後まで巻き込む。