



2026年 1月号「すくすく」だより



🌱 あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いいたします 🌱

昨年もすくすくでたくさん遊んでいただきありがとうございました。
今年も昨年同様仲良くしてくださいね。すくすくでの遊びを通してみんなで楽しく
過ごし子ども達の成長を見守っていかれたらと思います。是非遊びに来てください。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------|---------------------|-------------------------------------|------------------------------------|---|--------------------------------------|-----------------|
| | | | | 1 元旦 | 2 休み | 3 休み |
| 4 | 5 開放日 | 6 開放日 | 7 開放日 | 8 好きな遊具で 遊ぼう にこにこ相談 母子相談 | 9 子育てサロン 自由遊び ふれあいの家 | 10 休み |
| 11 | 12 成人の日 | 13 赤ちゃんひろば 場所：すくすく | 14 にこにこひろば | 15 絵本に親しもう | 16 よちよちひろば | 17 休み |
| 18 | 19 子育て相談日 | 20 ふうせん遊び | 21 ぺんぎんひろば 場所：みのり | 22 おままごと遊び 1歳6か月児健診 | 23 よちよちひろば | 24 休み |
| 25 | 26 子育て相談日 | 27 広告紙遊び | 28 にこにこひろば | 29 季節の制作 乳児健診 10～11か月児健診 | 30 よちよちひろば | 31 休み |

★おやつをみんなで食べますので、お茶は各自で
ご準備ください。
★お外で遊ぶこともありますので防寒着などそれぞれ
に準備をお願いします。

お知らせ

今年度4月より「赤ちゃんひろば」と「ぺんぎんひろば」へすくすくスタッフ2人とも参加することになりました。両ひろば開催の日は、「すくすく」はお休みとなりますのでご理解の程よろしくお願いいたします。

湧水町子育て支援センターすくすく（円乗寺こども園前）

〒899-6104 湧水町川西 920-12 TEL75-4533 fax75-2051

月、水、 10時～12時 （月曜日・子育て相談日）

火、木、金 10時～15時

😊 にこにこひろば・・・自由に遊びにきてください。

😊 よちよちひろば・・・0～1歳半くらいまで対象

*開放日・・・10時から12時まで



😊 赤ちゃんひろば 😊

ふれあい遊びを中心としたお母さんと赤ちゃんの為にひろばです。親子で楽しい時間を過ごしてみませんか。赤ちゃんひろばの対象は生後2か月から10カ月までのお子様です。上の子どもさんも託児ができますので参加、託児共に申し込みをしてください。わからないことがありましたらすくすくまでお尋ねください。たくさんの参加お待ちしております。

*場所・・・子育て支援センターすくすく

*日時・・・1月13日（水） 10:00受付 10:15～11:30まで

👤 ペんぎんひろば 👤

10～11か月児健診から1歳6か月健診までの親子のためのひろばです。親子のふれあいをいっぱい楽しみましょう。人数把握のため参加希望の方は連絡の上ご参加をお願いいたします。わからないこと、不明な点等ございましたらスタッフまでお尋ねください。

*場所・・・発達支援センターみのり（🏠湧水町木場1396、☎74-5177）

*日時・・・1月21日（水）

10:00～12:00（遊びを十分楽しむために始まるの時間にはお越しください）

🍴 おうちでやってみよう 🍴

干し野菜

空気が乾燥する冬は、切り干し大根など干し野菜を作るのに絶好の季節です。干切りや輪切りにした野菜をザルにのせ、日中の日当たりのいい時間に外に干すだけで簡単。2、3日でできあがるので、週末を利用してチャレンジしてみるのもいいですね。子どもが野菜を切るときは包丁の使い方に注意し、まだ包丁を使えない子にはザルに並べる作業を担当してもらうとよいでしょう。



🍴 季節の朝ごはんレシピ 🍴

卵とほうれんそうのそうすい

★材料（1人分）

だし汁・150mL ゆでたほうれんそう・・・20g ごはん・・・100g 卵・・・1/2個

★作り方①だし汁にごはん、ゆでたほうれんそうを入れて煮る。

②①が煮立ったら卵を溶き入れ、火が通ったら完成。

