

# ふれあいセンターおおだか1月号

令和3年度

日	月	火	水	木	金	土
						1日
						元旦
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
	休み		身体測定	新年始まりの会 身体測定	新年始まりの会	
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
	休み		誕生カード作り 身体測定	誕生カード作り 身体測定		
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
	休み		身体測定	身体測定		
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
30日	31日		誕生会 身体測定	誕生会 身体測定		

## <利用について>

- ★対象：0歳から3歳までのお子さん
- ★利用料：無料
- ★時間：午前 9時45分～11時45分  
午後 12時～2時
- ★誕生会：月2回 午前11時30分開始  
午後1時45分開始

## <子育て相談>

開設中いつでもお気軽にご相談ください。  
必要に応じて、臨床心理士・栄養士・看護師・保育士がお受けいたします。

社会福祉法人 中央有鄰学院 ふれあいセンターおおだか  
名古屋市緑区大高台二丁目1718番地  
電話番号 052-693-5638

ふれあいセンターおおだかの情報はホームページにも掲載しています。  
<http://www.yuuringakuin.or.jp>

緑区社会福祉協議会共同募金助成事業  
名古屋市地域子育て支援拠点

# おしらせです



## 《12月の利用について》

利用時間： 9：45～11：45  
12：00～14：00  
利用日：火・木曜日(0歳児)  
水・金曜日(1・2歳児)  
土曜日(全年齢)  
電話予約：利用日前日 9時～  
当日：9時～9時45分  
☎(090-8549-5638)  
お昼：なし

## 《新年始まりの会》

2022年はとら年です。  
歌をうたったり、お話を聞いたりして  
新しい年を迎えるお祝いをしましょう。

日時：1月6日(木)  
1月7日(金)  
午前・・・11時20分～  
午後・・・1時40分～

## 簡単にできるおやつレシピ紹介

### 《さつまいもとリンゴの甘煮》

材料：さつまいも 1/2本  
リンゴ1個

作り方

- ①さつまいもは皮付きのまま、1センチくらいの輪切りにする。(煮崩れ防止)
- ②鍋にさつまいもを入れたら、かぶるくらいまで水を入れる。
- ③リンゴは皮をむいて、いちよう切りにする。さつまいもの上に乗せるように鍋に入れる。
- ④蓋をして、中火で煮る。沸騰したら弱火にして軽く煮つめる。
- ⑤さつまいもとリンゴが柔らかくなったら火を止めてそのまま冷ます。

※コツ・ポイント

煮ていくうちにリンゴから水分が出るので、最初に水を入れすぎない。  
柔らかくなる前に煮汁がなくなるようなら、水を足す。

### 《鬼のお面づくり》

昔から、春が始まる「前の日」を節分と言い、春が始まる日を「立春」と呼ぶようになったそうです。悪いもの(鬼)を追い払い、良いもの(福)を呼び込むために豆まきをします。  
お面を付けて節分の会には、みんなで豆まきをしましょう。

### 《七草がゆの由来》

毎年1月7日に草がゆを食べるのは、七草の若芽を食べて植物がもつ生命力を取り入れ、無病息災でいられるようにという願いが込められています。又お正月のごちそうで胃腸をいたわり、緑が不足がちの栄養補給する効果もあると言われています。



## 1月のうた

### 【ゆき】

ゆきや こんこ あられや こんこ  
ふっては ふっては ずんずんつもる  
やまも のはらも わたほしかぶり  
かれきのこらず はながさく

ゆきや こんこ あられや こんこ  
ふっても ふっても まだふりやまぬ  
いぬは よるこび にわかまわり  
ねこは こたつで まるくなる