

# みるくっ子通信

2019年3月号  
VOL. 248

編集\*発行

特定非営利活動法人(認定NPO法人)

**保育ネットワーク・ミルク**

〒669-1537 兵庫県三田市西山1丁目13-6

事務局 Tel: 079-565-4313

ホームページ <http://npo-milk.org/>

FB <https://www.facebook.com/npomilk>

みるくっこ園 Tel&Fax: 079-558-8630

〒669-1512 兵庫県三田市高次2丁目4-38

R176号線 前中テナントビル1階

子育て支援スペース **みるくっく宝塚**

〒665-0852 兵庫県宝塚市売布2-5-1

阪急電車「売布神社」下車 ピビアめふ6階

Tel&Fax: 0797-87-1556

\*保育士おすすめ絵本

「ともだちや」

\*いっしょにあそぼ!

「歌あそび かわいいおてて」

\*Milkteatime

「みるくっく宝塚 ママ講座

わらべうたベビーマッサージ体験版」

\*ちよっと Trip ~by さよか~

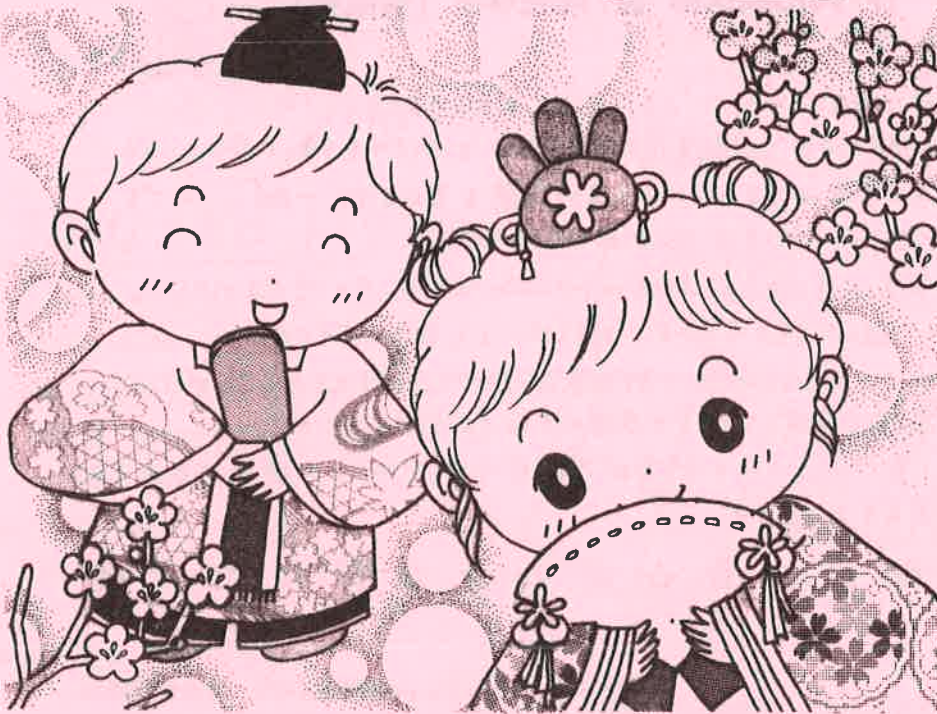
「歩こう! おひなさまロードの巻」

\*手作り日和 ~by てて~

\*小泉ママのひとりごと

\*事務局だより

\*表紙の絵 ~by しえいしえい~



\*特定非営利活動法人保育ネットワーク・ミルクは ★「駅前子育て交流ひろば」三田市より委託  
(日・火・水・木曜日 10:00~17:30 開所 JR三田駅前キッピーモール6階 幼児室 保育士が常駐しています。)  
三田市小規模保育施設「ミルクたんぽぽ園」(三田市西山1丁目13-6)  
宝塚市放課後児童健全育成事業「みるくっくキッズクラブ」(ピビアめふ4階)を運営しています。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 ★おはなしてあそぼ	6 ●あそびのひろば	7 ★子育て相談日: 保健師 ◎あそびのひろば	8 ◆ｸﾘｰﾑ・ﾐﾙｸ (駒ヶ谷ひろば)	9
10 ★イクメン向上委員会 (駅前・申込締3/5)	11 ▼ハニーFM オンエア ハニーサウンドカフェ子育て 応援します目ダンボのコーナー	12 ◎あそびのひろば	13 ★音あそびのひろば (駅前・申込締2/26) ★子育て相談日: 子育てアドバイザー ミルクサポーターズ ミーティング 11:30~13:30	14 ~折り紙の会~ ~思い出バトンタッチ同時開	15 ◆ミルクサポーターズ 10:00~12:00 (駒ヶ谷ひろば)	16
★身長体重測定日		★身長体重測定日	★身長体重測定日	★身長体重測定日		
17	18	19 ★わらべうた ベビーマッサージ体験版 (駅前・申込締3/10) ★子育て相談日: 助産師	20 ★かみしばい ◆ｸﾘｰﾑ・ﾐﾙｸ (駒ヶ谷ひろば) ★思い出バトンタッチ 10:00~12:00 (駅前ひろば) ●あそびのひろば	21 「~オリジナルアロマで ご褒美マッサージ~」先着6組 お問合せ、お申込みは、ミルク事務局まで	22	23 ●親子ひろば 土曜ママ講座 10:00~12:00
24	25	26 ★かたつむりさん 絵本のおみかかせ	27 ★子育て相談日: 管理栄養士	28 ▼ハニーFM オンエア ハニービブリア堂 通信絵本紹介	29 ◆ママ友くらぶ (駒ヶ谷ひろば)	30
31						

◆駒ヶ谷運動公園子育て交流ひろば (三田市ゆりのき台) 三田市より委託運営

開所日時: 月・水・金曜日(祝日はお休み) 9:30~12:30 / 13:30~15:30

今月のミルク担当日: 8日(金)・15日(金)・20日(水)・29日(金)

あそびのひろば: 保育ルームを無料開放しています。10:00~11:00 毎回親子5組限定 お申込みは各保育ルーム(三田・宝塚)まで。

開催場所 ●: みるくっこ園 ◎: みるくっく宝塚 ★: 駅前子育て交流ひろば ◆: 駒ヶ谷運動公園子育て交流ひろば

小さなお子さま連れの方ならどなたでも  
ご利用できます。経験豊かな保育スタッフが  
常駐してお待ちしています。



# \* 保育士おすすめ絵本

## No.121 「ともだちや」

作/内田麟太郎 訳/降矢なな (偕成社)



### ともだちや



森に住むキツネは「ともだちや」を始めました。  
「1時間100円」で友達になりませんかとのぼりを持って歩いていると、  
一人の食事はつまらないとくまが友達を買います。一緒にいらごを  
食べますが、キツネはなんだかつらそうです。

今度はオオカミがキツネにトランプの相手をしろと呼び止めました。  
楽しく遊んだ後のキツネが「お代は…」と言うとオオカミは…  
大迫力のオオカミの顔に子ども達はびっくり。オオカミの言葉がとっても  
印象的で友達って何?や友達の大切さが伝わってきます。

1番さみしがり屋のキツネが不器用ながらも本当の友達を作ろうとする  
心温まるお話です。



# \* いっしょにあそぼ!

## No.54 歌あそび「かわいいおてて」

「おもちゃのチャチャ」のサビのメロディーにのせて遊ぶ  
歌あそびです。



おててがパクパク おててがキラキラ かわいい おててが パチパチ

作詞: 藤原明美  
「おもちゃのチャチャ」作曲: 越部信義

① おててがパクパク



・親指と他の指で  
パクパク 3回

② おててがキラキラ



・顔の横で  
キラキラ

③ かわいいおててが  
パチパチ



・手拍子 3回

④ パチパチパチ...



・みんなパチパチパチ。  
拍手をたくさんしましょう!!

さらにこんな遊びも

③の「パチパチ」をいろいろ変えて楽しみましょう!!

☆グルグル



☆ブーラン



手をブーラン  
頭も体も  
ブーラン

保育ルームの子どもたちには、「ブーラン」が  
人気です。体全部を使ってブーラン~、  
くねくね~。大きく動くほど楽しくなって  
きます。ぜひ色々なバージョンで楽しんで  
みてください。

# \* Milk+teatime

## ~みるくく宝塚 ママ講座 わらべうたベビーマッサージ体験版~



- ・日時 平成31年3月11日(日) 11時~11時45分
- ・場所 みるくく宝塚 ヒロパ ぬふり6階
- ・参加費 500円
- ・対象 12か月までの子どもと保護者 10組
- ・締切 3月7日(木)
- ・持ち物 バスマイル

宝塚で開催!  
ぜひ参加下さい!



お申し込みはコチラまで!!

TEL 0797-87-1556  
X-1L m-jimukyoku@npo-milk.org

# 歩こう！おひなさまロードの巻

平日 おひるま  
ちょっと Trip  
とりっぷ

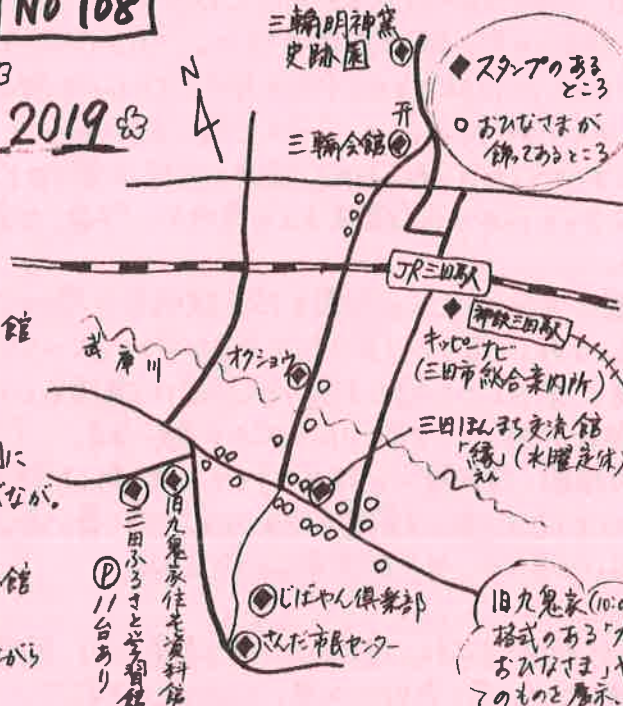
NO.108

今日はちょっと外に出てみようかなと思えるあたたかさ。  
おひなさまを見ながらお散歩しませんか？竹びなや段がざり、  
梅の花も楽しめます。スタンプを集めれば素敵なグッズも  
もらえる…うきウきしてきますね。

—by すか—

## おひなさまロード 2019

- 3/1(金)~3/10(日)  
10:00~16:00
- 3/4(月)は旧丸鬼家、ふるさと学習館、明神窯史跡園も閉館  
(通常は月曜休館)
- ★三田市屋敷町、本町通り、三輪神社方面に広がる史跡園に続く旧道の商店の店先に竹びなが、
- ★旧丸鬼家、ふるさと学習館、オクショウ(日曜定休)、三輪会館などは素敵な段がざりのおひなさまが、まち歩きをしながらスタンプをもうろう！



- ★印のところでスタンプをゲット  
→3こで「ひなカード」どれを選ぶかしよう！  
→6こで「オリジナルグッズ」は楽しみ！
- ★お店により定休日(日曜日が多い)にはおひなさまに会えないことも。平日ゆとり歩きのがおすすめ。

## ひなまつり in 三田 期間中、イベントもあるよ

- 3/1(金)~4/7(日)
- ①旧丸鬼家、②ふるさと学習館、③明神窯史跡園では3館でひなまつり(9:00~17:00)
- ・月曜休館。(3/4(月)は①②③とも閉館)  
(3/25(月)は①②は閉館)
- 旧丸鬼家(10:00~16:00) 格式のある「丸鬼家中」の「おひなさま」や明治大正期のもので展示、梅も美しい
- ふるさと学習館(10:00~17:00) 限定のおひなさまを中心に「タワゴト」必見!!

# \* 手作り日和 NO.91 わかさぎのカレー風味フライ (4人分)

最近、家で お魚を食べていますか？今回はカルシウムたっぷりの「わかさぎ」の料理をご紹介します。旬が春先までですが、わかさぎだけでなく、これから旬の「鱈」などでも、おいしくいただけます！



### <作り方>

- ① わかさぎは水でサッと洗い、キッチンペーパーで水気を取る。
- ② Aの調味料を合わせ、わかさぎを入れてからめる。5分間おく。
- ③ ②のわかさぎの水分を軽くきり、薄力粉→卵水→パン粉の順に衣をつける。
- ④ 180℃に温めた油に入れ、カラッと揚げる。

### <材料>

- わかさぎ 16匹
- |           |     |
|-----------|-----|
| にんにく 1かけ  | 薄力粉 |
| サラダ油 大さじ1 | 卵水  |
| カレー粉 小さじ1 | パン粉 |
| 塩 コショウ 少々 | 各適量 |

「わかさぎ」はうろこが小さく、丸ごと食べられます！

前回、「孤食」のお話をしました。この「こはく」にはいろいろな種類がありますので、ご紹介したいと思います。

- ・「子食」…子ども中心の献立の食事
- ・「コ食」…コの字型に棒子を配置し、テレビを見ながら会話しながら食事
- ・「粉食」…小麦粉製品、食物繊維の少ない食品の増加
- ・「庫食」…冷凍庫の冷凍食品を電子レンジで温めて食べる
- ・「糊食」…糊状、ゼリー状の食品で朝食を済ませる…等々

心当たりはありますか。  
家族みんなで食事を  
見直してみましよう。

# \* 小泉ママのひとごと



窓から差し込む陽射しに春の訪れを感じる季節となりましたね。

卒業、卒園を控え何かと落ち着かない日々もお送りの方もいらっしゃると思います。

4月1日には、新元号が発表されるという事なので、今年卒業、卒園の方は、平成最後の卒業生、卒園児になるのですね。忘れられない記念の年ですね。重ね重ねおめでとうございます。

それにしては本当に1年はあったという間、4月の頃から比べるとずいぶん成長されたことでしょうね。

慣れた環境を離れ新たな環境への旅立ちの前の離陸応援月ですね。「〇〇できないと〇〇にたれないよ」「幼稚園に入ったらお兄ちゃん(お姉ちゃん)になんだから、何でも自分でできないと馬目なんだよ」などと脅しの言葉はやめましょう。「楽しいことがいっぱい待っているよ」「先生も優しくかったね」と期待が持てる言葉がけて、夢がもてる言葉をかけてあげてくださいね。ただし、過度の応援は禁物ですよ。かえって緊張するってことにもなりかねません。小さな子どもながらに「頑張る」の気持ちと「不安」な気持ちが交錯する健気な心に寄り添ってあげてください。

4月から幼稚園の年少クラスへの入園を控え説明会に参加した孫に「幼稚園、頑張ってたね」と言うと「あり!」と応える姿がいじらしく、素直に気持ちが言える孫に愛おしさを感じます。そんな姿に頑張れとは言えず、ただただ、楽しい毎日が待っていますようにと心から願います。

親から離れ幼稚園、保育園へと旅立つ子どもに結局は親や周りの大人が出来ることは、子どもにとってより良い環境を作ることと、心に寄り添い優しく包んであげる事しかできないと言うか、それが大事なのでしょね。



平成も終わりを告げ新しい時代が始まりますね。昭和は、ますます遠くなり、同時に私も老いを感じるようになってきました…がいよいよ気持ちだけは若くありたいと思っておしています。

お金は残すことができなくても、せめて思い出はいっぱい残したいものです。

昭和、平成、新元号と3つの時代を駆け抜けるが如く頑張りたいと願う今日この頃です! 思い残すことなく、旅立ちの3月をお楽しみください!!



## \* 事務局だより

♡♡♡ 温かいご支援ありがとうございます ♡♡♡

- ご寄附：大谷香緒里 大谷友優 廣瀬加津子 中下美子 上野佳永子 東谷良昭  
東谷良隆 藤目初枝 齋藤朋子 齋藤文夫 齋藤浩二 神慶治 桑原佳子
- 正会員：大西いつか 安川街子 俵智子 山本敬子 山内由香里 嘉土美由紀
- 賛助会員：有限会社オーリーブ 杉本直子 西村美穂 清住文子 柴原美絵 北村咲歩
- ベルマーク：ミルクがベルマーク預金から商品購入した際の割戻寄附金 4,400 円が教育支援に活用されます。 2/1~2/28 入金分 (敬称略・順不同)



ミルクホームページ



### ~事務局長のトホホ日記~

認定NPO法人を取得して3月14日で一年が経ちました。事務局では、しみじみ大変でしたねと反省しています。スタッフ自身にも意識の変化を感じます。3月、それぞれの事業で今の課題に向き合中、事業スタッフと事務局スタッフが両輪になり、前に進むつもりです。今のミルクの状況です。日々少しずつ変化し、一年ぶりに大きな一歩に近づいている。だからミルク、とても嬉しい!!

先日、設立時から応援してくださっている会員の方に「みんなに助けてもらうのがNPOで(えう!)それがNPOをしているミルクで(えう!)」と背中を押して頂きました。その一言で、また大きな一歩を踏み出そうとしている「ミルク」です。



### お知らせ

★~速報~★  
ミルク編集「育男ハンドブック」  
2019年3月中旬発行決定!!

### \* 表紙の絵

ミィちゃんおひなさま、  
ク〜たんおだいらさま。春の陽気に誘われてお散歩です。桃の花が咲いています🍑  
— by しえいしえい —

