



♡こさりんだより♡

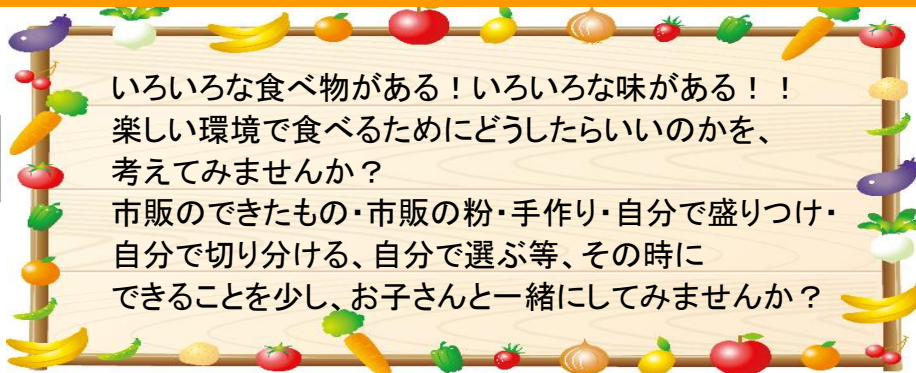
東淀川区子育てサービス利用者支援事業

NO.11 H30.12.1

(3か月ごとに発行)

楽しい食卓

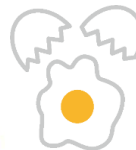
工夫してみよう！おいしくできたよ！！



いろいろな食べ物がある！いろいろな味がある！！

楽しい環境で食べるためにどうしたらいいのかを、考えてみませんか？

市販のできたもの・市販の粉・手作り・自分で盛りつけ・自分で切り分ける、自分で選ぶ等、その時にできることを少し、お子さんと一緒にしてみませんか？



買物は？道具は？なにで、混ぜる？どんなふうにする？何をいれる？何の形にする？工夫していろいろな物をつくってみよう！！



ほうれんそういり



飾りつけで、変身。



にんじんいり



かためき



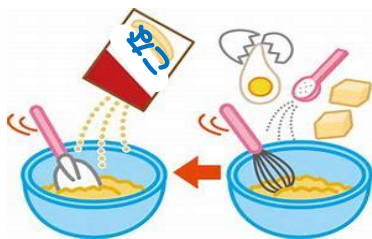
かたちあそび

なにができるかな？

レンジでチン！！または蒸すと蒸しパンのできあがり。



豆腐でこねても、おいしいよ！！中身は…お肉と野菜のみぞ味。



人参1本すりおろせば、ほんのりオレンジ色！！誰がすりおろしてくれるかな？持ちやすい大きさに工夫してみてくださいね。



楽しく食育！！手で混ぜると感触あそび。野菜の苦手な大人も子どももたべてみよう。※いろいろな野菜を食べよう！！

子どもは、まねっこが上手！一緒に大好き！！一緒にご飯を食べよう～。



おやこで、一緒に楽しもう。積み上げる！混ぜる！形をつくる！食べる！運ぶ！！、なにができるかな？

まずは、チャレンジ！！

子どもにまかせるところはまかせて親はサポートしよう。

できることがきっとあるよ。



野菜は、小さく刻んだり…すりおろしたり…

ブレンダーやミキサー、すり鉢を使って、粉の中にまぜまぜ。型抜き野菜やトマト、ブロッコリーを添えてワンプレート彩アップ。



こぼしてしまったり、後片付けが大変だと感じることもあるでしょう。

今まで食べさせてもらっていたり、してもらっていたことを、自分でする！自分でやりたい！！と意欲が出てきたときは…まず受け止めることが大切です。上手にできるようサポートしてあげましょう。



※初めての物は、午前中に食べよう。(食べ物アレルギーは、食べてから2時間以内に、じんましんが出ます。(30分以内に出ることが多いです。))



子どものひらめきや行動はなかなか、おもしろい。素敵な発想が、みれるかも(笑)

お手伝いや料理をするとき、食べる前は、しっかりと手を洗いましょう！！

うら面に「こさりんカレンダー」があります。ご覧ください！



《 はちみつ 》

乳児ポツリヌス症

1歳未満は×加熱してもNG！！



こさりんカレンダー



12月の活動予定

	月	火	水	木	金
AM					
PM					
	3	4	5	6	7
AM		◎			
PM	相談	相談		相談	○
	10	11	12	13	14
AM					
PM	相談	相談	○	相談	
	17	18	19	20	21
AM	相談				
PM	ふれあい	相談		相談	○
	24	25	26	27	28
AM					
PM	休日	相談	○	相談	

1月の活動予定

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
AM					
PM					
	7	8	9	10	11
AM		◎			
PM	相談	相談	○	相談	
	14	15	16	17	18
AM				◎	
PM	祝日	相談		相談	○
	21	22	23	24	25
AM	相談		◎		
PM	ふれあい	相談	○	相談	
	28	29	30	31	
AM					
PM	相談	相談		相談	

2月の活動予定

	月	火	水	木	金	
					1	AM
PM					○	PM
	4	5	6	7	8	
AM		◎				AM
PM	相談	相談		相談		PM
	11	12	13	14	15	
AM						AM
PM	祝日	相談	○	相談	○	PM
	18	19	20	21	22	
AM	相談	◎				AM
PM	ふれあい	相談		相談		PM
	25	26	27	28		
AM						AM
PM	相談	相談	○	相談		PM

【相談＝定例相談日】

月・火・木の13:30～16:30(予約可能)
東淀川区役所出張所3階 こさりん相談室
※12/17は9:00～12:00に変更

【ふれあい＝ふれあいルーム】

12/17(月) 14:00～15:00
東淀川区役所出張所3階
※0歳児親子が対象です。

【◎＝出張相談】

- ◎12/1 13:00～16:00
みのりちゃんフェスタ
東淀川区役所
- ◎12/4 10:30～11:30
東淀川区子ども・子育てプラザ

○印は

3か月健診・1歳6か月健診



【相談＝定例相談日】

月・火・木の13:30～16:30(予約可能)
東淀川区役所出張所3階 こさりん相談室
※1/21は9:00～12:00に変更

【ふれあい＝ふれあいルーム】

1/21(月) 14:00～15:00
東淀川区役所出張所3階
※0歳児親子が対象です。

【◎＝出張相談】

- ◎1/8 10:30～11:30
東淀川区子ども・子育てプラザ
- ◎1/17 10:00～12:00
大隅西子育てサークル
(大隅西社会福祉会館)
- ◎1/23 10:00～12:00
柴島子育てサロン
(柴島センター)

○印は

3か月健診・1歳6か月健診



【相談＝定例相談日】

月・火・木の13:30～16:30(予約可能)
東淀川区役所出張所3階 こさりん相談室
※2/18は9:00～12:00に変更

【ふれあい＝ふれあいルーム】

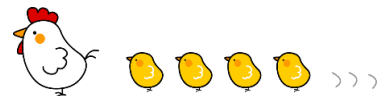
2/18(月) 14:00～15:00
東淀川区役所出張所3階
※0歳児親子が対象です。

【◎＝出張相談】

- ◎2/5 10:30～11:30
東淀川区子ども・子育てプラザ
- ◎2/19 10:00～11:30
親子でいっしょにあそびましょう
(啓発センター)

○印は

3か月健診・1歳6か月健診



☆毎週、休日を除く月・火・木の午後1時30分から午後4時30分までが、面談による定例相談日です。(予約可能・予約優先)

定例相談日の日時を変更又は中止する場合があります。

日時を変更したときは、下記のホームページ等でお知らせします。

☆各地域の子育てサロン等で出張相談を行っています。詳しくは、お電話でお気軽にお問合せください。

☆毎月の相談予定表は、その月の1日(祝休日のときは翌日)に、下記のホームページの新着情報にアップします。

<http://www.hohoemi-kushakyo.or.jp>

スマートフォンの方はQRコードをご利用ください。

こさりんの
ご相談は! **06-6195-3732**

編集：子育てサービス利用者支援(こさりん)

☎06-6195-3732

東淀路4-15-1(東淀川区役所 出張所3階)

発行：(社福) 大阪市東淀川区社会福祉協議会

／☎06-6370-1630

菅原4-4-37(区在宅SCほほえみ)

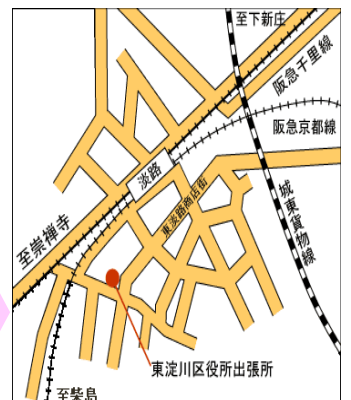


「こさりん」相談室のご案内

東淀川区役所出張所3階

阪急「淀路」駅下車

東改札口から徒歩約2分。



GOGOみのりちゃん41号、11月1日発行には、11・12月分の施設カレンダーを掲載しています。
(次回は1月発行)