

清瀬子育てネットワーク

2021年2月1日

k-net news

2月号

★k-netはNPO法人子育てネットワーク・ピッコロが市の委託を受けて運営しています。PICCOLO

発行 清瀬子育てネットワーク k-net

連絡先 NPO 法人子育てネットワーク・ピッコロ
清瀬市元町2-18-10 1F
Tel 042-444-4533

共催 子ども家庭支援センター
子育て支援課・健康推進課
図書館・男女共同参画センター

※今後の状況により変更等がある場合もあります。最新の情報をご確認ください。

k-net ひろば

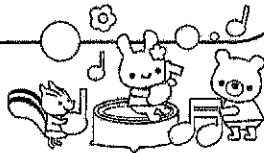
～人数制限を行っています～

2月5日(金)・3月12日(金)

<時間> 10時～14時(出入り自由・受付は13時半まで)
<場所> アミュービル4F アイレック会議室(北口りそな銀行と同じビル)
★2月の手遊びは11:30と13:30の2回に分けて行う予定です。
★お子さんを預けて、15分ほど別室でおしゃべりタイムを♪
★水分補給以外の飲食はできません。

～お母さんのためのリフレッシュ講座～「ヨガ」

好評につき再企画♪体を動かしてリフレッシュしましょう。
応募多数の場合は抽選(前回参加してない方を優先させていただきます)
<日時> 3月5日(金) 10時～11時30分
<場所> ころぼっくるホール <参加費> 無料
<講師> 村上美奈子さん
<定員> 12名(保育7名) 申込〆切 2月21日(日)



★お申し込み方法★

- ①右のQRコードまたは下記を直接入力して申込みフォームへ
<https://www.piccolonet.org/application/>
- ⇒②必要事項を記入し送信! 保育が必要な方はお子さまの情報も忘れずに
@piccolonet.orgドメイン設定もお願いします。
- ⇒③申込み〆切後3日以内に抽選結果をメールでお知らせします。
★メールが来ない場合は、ご連絡ください!
- ⇒④当日の行き違い防止のため、確認の返信メールをお願いしています。



お知らせ

職場復帰などに伴いファミリーサポートのご利用を考えている方は、お早めに登録や利用のご相談をお願いします。
問合せ ファミリーサポート・きよせ TEL 042-492-1139

元町・竹丘つどいのひろばだより



♥緊急事態宣言が再び出され、不安をかかえている方も多いのではないのでしょうか?つどいは感染防止対策をしながら変わらず開所しています。最大8組と人数制限はしていますが、時間制限はしていません。子ども達は笑顔でおもちゃや箱車で遊んでいますよ♪(今後の状況でまた変更があるかもしれません。最新情報は市やNPO法人子育てネットワークピッコロのHP等で確認して下さい)
♥つどい遊びに行きたいけれど不安、家族が心配して行けないという声も聞きました。そこで、12月からオンライン(ZOOM)でおしゃべりの場を設けています。スマホ、タブレット、パソコンで、自宅等Wi-Fiのある環境から参加できます。お子さんが回りでウロウロしていても、ZOOMが初めてという方でも大丈夫です。誰かとおしゃべりたいなと思ったら申し込んで下さいね。つどいのスタッフや他のママとおしゃべりしましょう♪



簡単!ホワイトソースをレンジで作る!

「包丁を使わないあったか料理」のリフレッシュ講座は調理室が使用できなくなり中止となってしまいました。皆さんにお会いできず残念でした。応募くださった皆さん、ごめんなさい。

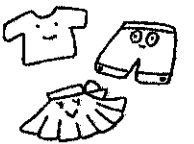
ホワイトソースをレンジで作ると簡単で、シチューやチャウダー、お魚のムニエルにも乗せてみたり、お料理の幅が広がります。時間のあるときに作って冷凍用保存バックを使って冷凍保存しておくくと便利です。
今回の講座では、パスタ用ミートソース(市販のもも十分美味しい)をグラタン皿の下に敷き、その上に冷凍の里芋やカボチャ、ブロッコリーなどをスープで火を通し、ミートソースの上に乗せます。ホワイトソースとミックスチーズを乗せ、オーブンやオーブントースターで焼いて出来上がりです。

《ホワイトソースの作り方》バター20g・小麦粉20g・牛乳200cc・塩/こしょう適量

- ①耐熱ボールにバターを入れレンジ500W20秒。②小麦粉を①に入れ、泡立て器でよく混ぜ、牛乳半量入れ、更に混ぜてレンジ500W2分。③残りの牛乳を入れ、よく混ぜてレンジ500W2分。塩、こしょうを適量入れ、出来上がり。(ミートソースは味が濃いので塩分控えめにするのがポイント) <講師: 牧野>

子育てエッセイ

⑦ 心に刻みたい大切な時間



こどもの身体の成長はとても早く、洋服が1シーズンで終わることも少なくありません。
我が家は、ママ友からお下りの服をもらうことがあるので、その服をこども達が着たあと、キレイなものはまた他の方に譲っています。5歳の上の娘が2歳の時に着ていたおしゃべりコート、親戚の2歳の子が今着てくれているとのことで写真が届き、娘が小さかった頃のことを思い出してほっこりします。この服を着て、あの場所に行ったな〜とか、このポケットにおもちゃを入れていたな〜とか。娘はそのコートを着ていたことを全く覚えていませんでしたが、親は覚えているものなのですね。
親は自分の小さい頃のことを覚えている、というのは、自分が大人になって子供が産まれてから分かったことで、自分の母に育児のアドバイスを求めると、「あなたは〇〇だったよー」とか「〇〇の服着たよ」と、当時を懐かしみながら教えてくれます。覚えていられるのは親だけなんだなあと、自分のこども達の小さかった頃をしっかりと頭に焼き付けて、ずっと大切に覚えておきたいなあと、いま、がとても愛おしく思えるのでした。そして、寒さも厳しくなってきたせいか、冬はこどもをぎゅっと抱きしめたくくなります(ー)
<hacchi>

2021年2月

最新の開催情報については、各HP等でご確認ください。

1	2 ☆1保 ☆3保 竹丘つどい 計測 10:30~11:30 おかあさんとあそびにおいで! しばらくの間5組まで。 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	3 今年のお節分は、2月2日です!! 	4 ☆乳保	5 K-netひろば 笑顔の日	6	7
8	9 ☆3保 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	10 ☆7保 封筒の日 ニットの日	11 建国記念の日 万歳三唱の日	12 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	13	14 St. Valentine's day
15	16 ☆3保 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	17 ☆7保 天使のさやせの日	18 ☆乳保	19 竹丘つどい 計測 13:00~14:00 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	20	21
22 おんらいんしゃべりば 詳しくは裏面をご覧ください!	23 天皇誕生日	24 ☆7保 おスライムの日	25 ☆乳保	26 野塩児童館 おかあさんとあそびにおいで!	27 竹丘つどい 計測 13:00~14:00	28

図書館特別整理休館のお知らせ

- 野塩図書館 8日(月)~12日(金)
- 中央図書館 15日(月)~19日(金)
- 元町こども図書館 22日(月)~26日(金)

中止のお知らせ

- 各図書館おはなしの時間
- 赤ちゃんのためのおはなしの時間 (各つどいの広場)

つどいの広場

親子で自由に遊べるひろばです。
開所時間：10時~15時

	ころぼっくるつどい	野塩つどい	下宿つどい	野塩出張	竹丘つどい	元町つどい
場所	児童センター	野塩地域センター	下宿地域センター	あいあいの家	竹丘地域センター	けやきホール
お休み	火曜日	月曜日	月曜日	※月のみ開所	月曜日・祝日	月曜日・祝日
問合せ	子ども家庭支援センター ☎495-7701	NPO 法人ウイズアイ ☎452-9765		NPO 法人子育てネットワークピッコロ ☎444-4533		

保育園の園庭開放など ※詳細は各園へお問合せください。

☆市立保育園子育てひろば☆→日程はカレンダー内に☆印と略称で表示

	第1保育園	第3保育園	第7保育園	乳児保育園(梅園)
問合せ	☎491-0152	☎492-5600	☎492-4616	☎492-5603

	すみれ保育園	のしお保育園	中清戸保育園	清瀬上宮保育園	のしお一丁目保育園	清瀬どろんこ保育園	なかよし保育園	中里どろんこ保育園
開催日	月~金曜	毎週火曜日	HP・園掲示板で	月2回・木曜日	毎週月曜日	詳細はHPで	第1水曜日 10:00~12:00 (4・5・1月は第2水)	詳細はHPで
時間	9:30~16:00	10:00~11:30	10:00~11:00	10:00~11:00	10:00~11:30	9:30~16:30		9:30~16:30
問合せ	☎493-0509	☎493-4550	☎494-1772	☎492-4015	☎492-1411	☎494-8166	☎491-3114	☎497-8718

ママの時間→健康推進課 ☎497-2077
*直接お問い合わせください。

おかあさんとあそびにおいで! ☎493-4014 (野塩地域センター)
10:00~11:30 日程はカレンダー内

子育てひとことリレー NO.93

「k-net って何ですか?」私が k-net を知ったのは、元町ひろばでした。娘が生後半を過ぎた頃でスタッフの話聞いて、早速行ってみることに。赤ちゃんの部屋ではゆったりとおもちゃ遊びをして、手遊びや絵本の時間も楽しく過ごせました。色々な月齢の赤ちゃんがいて、情報交換もできるし何より可愛くて癒されます。初めて行く時はドキドキでしたが、あれから毎回参加しています。スタッフ様方いつも笑顔で迎えてくださりありがとうございます。

年越しは関西へ里帰りせず初めて清瀬で過ごすことになりました。外出は近所の水天宮さんに初詣に行ったのみですが、娘ちゃんの子供おみくじはなんと大吉! 生まれて初めてのおみくじが大吉なんて持ってるな~と私も大はしゃぎ。旦那さんは「子供おみくじは全部大吉なんちゃうか」とボケてましたが、「西宮の門戸厄神(関西の厄除けで有名な神社)のおみくじは凶か大凶しかでない、厄除けてもらわなアカンから」ってボケを昔聞いたことあるなと思って、どこにおつても考えることは関西人大体一緒やな、と新年から納得した出来事でした。(S.I.)

子育てって楽しい! と思える街に...
であい・ふれあい・たすけあい・まなびあい

NPO 法人ウイズアイ

お問合わせ: 042-452-9765 info@with-ai.net
講座のお申込み http://www.with-ai.net

清瀬市いきいき子育て支援事業
新米ママと赤ちゃんの会
~子育てのスタートに! 第1子の親子対象~
R2年10月・11月生まれの新米ママと赤ちゃんの会
2/2 2/9 2/16(火) 2/19(金) 全4回
時間: 10:00~12:00 (4回のみ 13:30~15:30)
会場: 市民活動センター 参加費: 500円
※清瀬市子育てクーポン使えます!
お申し込み: あいあい ☎042-452-9765

すくすく親子教室 講師: 野村容子さん
2/1・2/8・2/15・2/22・3/1・3/8・3/15(月) 全7回
会場: コミプラひまわり 参加費: 500円 時間: 10時~12時
対象: プレ幼稚園のお子さん、下のお子さんの保育あり

赤ちゃんの身体の発達 講師: 上木原瞳さん
2/15(月) 時間: 10:00~12:00 受付 9:45~
会場: コミプラひまわり 参加費: 500円 (保育付き)
※7か月以上は同室
うつ伏せ・寝返り・ずりばい・ハイハイ等、療育の観点から、健全な発達段階や発達を促すポイントを紹介します!

ベビーマッサージ 講師: 桑直子さん
2/16(火) 時間: 13:30~15:00 受付 13:15~
会場: 市民活動センター 参加費: 500円 バスタオル持参

双子三つ子の会
2/26(金) 時間: 10:00~12:00 受付 9:45~
会場: 市民活動センター 参加費: 500円 (保育付き)
双子・三つ子を育てるママ集まれ~! 多胎児の先輩ママと一緒に話しましょう♪

清瀬 がんばるお店 元援キャンペーン
2月28日(日)まで
3,000円分のレシートで 1,000円分値引き!!
詳しくは清瀬商工会HPへ!!
042-491-6648

疲弊退散!!