

エンゼル大学

## 「親子でできるカラダあそび！」

スキンシップをとりながらできる体を使ったあそびを、親子で楽しく学びましょう！

日時：3月27日（火）13:00～14:00

場所：すこやか ひろば

申込：2月21日（水）～27日（火）

お電話または来館にて申込

定員：30組（多数抽選）

対象：市内在住1歳～3歳のお子さんとその家族

講師：藤原明美氏 日本遊育研究所専任講師

NHK Eテレ「いないいないばあっ！」体操指導



# ほんわか市

すこやか主催の、子ども用品専門のフリーマーケットです。子ども服やおもちゃがずらりと並びます。掘り出し物を見つけに、ぜひ遊びにきてください♪

日時：2月24日（土）10:00～12:00

場所：すこやかひろば（らっこルーム）

内容：育児用品、衣類、おもちゃなど

子ども用品のみ

出店数：15組



## ひなまつりおたのしみタイム

歌や工作でひなまつりを楽しみましょう！

日時：2月28日（水）14:30～

場所：すこやかひろば

どなたでも自由に参加できます☆



## すこやかスタッフも子育て中☆

### 突撃！スタッフインタビュー！

オレンジエプロンをつけたすこやかスタッフの中にも、子育て中のママやパパがたくさんいます。

そんな子育て中のパパスタッフにインタビューをしました。テーマは…

### 「パパの子育て料理」



#### ☆ウィナー炒飯



上の子は炒飯が大好き。普段は食べない野菜も炒飯に混ぜると食べてくれます。最近では中華鍋も購入し炒飯を極めています！（3歳と1歳のパパ）

#### ☆キャベツと納豆のサラダ



千切りキャベツに納豆と海苔と卵を混ぜ、麺つゆとマヨネーズで味付けします。納豆のおかげで苦手なサラダも食べてくれます。（4歳のパパ）

#### ☆ピーマンの肉詰め



子どもが苦手なピーマンも肉詰めにするとおいしそうに食べてくれます。弟はピーマンとお肉を分解して食べます。（14歳と10歳のパパ）

#### ☆鶏むね肉のたつた焼



鶏むね肉を適当な大きさに切り、醤油、酒、みりんに浸します。片栗粉をまぶしてフライパンで焼きます。ソースはおろしポン酢、オイスターソース、マヨネーズなど。ソース作りは子どもが担当します。レタスを添えると美味。むね肉なのに柔らかくて子どもにも人気です。（6歳と4歳のパパ）

# すこやか通信

調布市社会福祉事業団 調布市子ども家庭支援センターすこやか

調布市国領町 3-1-38 2階

TEL: 042-481-7733 FAX: 042-481-7734

# 2月号

<https://www.jigyodan-chofu.com/sukoyaka/>

Vol.196 2018.2

## パパひろば 「節分・豆まきをしよう」



オリジナルの鬼のお面を作ってパパと豆まきを楽しみましょう♪

日時：2月3日（土） 13:00～13:40

14:00～14:40

場所：すこやか会議室

対象：お子さんとパパ（もしくはおじいちゃん）

定員：各回先着20組

受付：当日直接会場へ。開始時間の10分前から入室。定員に達し次第締め切りとなります。

