

6月 ちゅうりっぷだより



日	月	火	水	木	金	土
	バスタオルをご持参下さい。 10:30~				対象は妊婦さんとそのご家族です。お気軽にご参加ください 10:00~	
3	4	5	6 キッズマッサージ 及び プレママプレパパ 体験	7	8	9
10	11 家庭児童相談員 の相談日 (午前中)	12	13 ベビーサイン 体験会 10:00~ 講師 石田真子先生	14	15	16
17	作ろう♪綴ろう♪ ~七夕編~ ★ 6月22日~7月5日まで ★			21 給食体験会 (離乳食:加齢期) 要予約 限定5組	22	23
24	25	26	27 身体計測	28 	29 「となりの台所」 待望の第1回 美知子さん まずは野菜切る の巻	30

第1回【となりの台所】(6/29)「美知子さん まずは野菜切る」の巻

今月から始めました「となりの台所」これって何?と思われた方もいらっしゃると思いますのでご紹介します。

【内容】

人生経験豊富なボランティアさんをはじめ、家事上手なママ達、センタースタッフなどから「家事・育児についてのアイデア」の情報を事前に募り、当日は実践していきます。

今月はボランティアの深松美知子さんに日常で実践されている食材準備のアイデアを披露していただきたいと思います。



さあ~どんな野菜がどのような方法で準備され調理されるのでしょうか? 乞うご期待!

日々忙しいママ達、全ての事をきっちり完璧になて出来ません。子育ても家事も手をかける所はしっかりかけて、省ける所は上手に省いていけたらいいと思いませんか?いつもやっている事が手順を変えるだけで早くなったり、夜のちょっとしたひと手間で朝の時間に余裕がうまれたり、考え方をちょっと変えるだけでママの気持ちがあっ~楽になったりなどなど、皆で色々な知恵を出し合いそれを実践して楽しみましょう(o^)!!

ただひたすらに頑張る以外の方法を一緒に模索しましょう!

※利用時間 9:00~15:00

※利用日 月~金曜日 毎日開館

砺波市太郎丸2丁目29-2

TEL 0763 (32) 7978

