

5月のカレンダー 開催日時 月曜～木曜 9:30～16:00

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4	新型コロナウイルス感染防止対策に取り組みながら 5月25日から開所します 詳しくは、ホームページをご確認ください。 http://maaru.sakura.ne.jp/					
11						
18						
25	26	27	28	29	30	31

特別広場 広場の一角で同時開催します

- 
『多胎ママ day』 毎月第1木曜 10時半～11時半頃 広場内で開催
 ふたごちゃんみつごちゃんを育てるママ同士で、おしゃべりや情報交換をしましょう。
 - 
『ベビーズ day』 毎月第2・4木曜 10時半～11時半頃 広場内で開催
 0歳のベビーとママの広場です。ベビーを遊ばせながらゆっくりおしゃべりしましょう
 - 
『プレママ day』 毎月第4木曜 10時半～11時半頃 広場内で開催
 ベビーズ day に仲間入りしましょう。
 ベビーとふれ合いながら、先輩ママに話を聞くと出産がますます楽しみになりますね。
 - 
『アラフォーママのおしゃべり会』 毎月第3木曜日 13時半～14時半頃 広場内で開催
 同世代のママたちとおしゃべりしませんか？
 - 『外国人ママの集い』** 偶数月の第2火曜日 10時半～11時半頃 広場内で開催
 母国を離れ多治見で子育てをしているママの集い
- 毎月のお楽しみ
- 
『おばあちゃんの知恵袋』 毎月第3火曜 11時半～12時頃
 子育ての大先輩おばあちゃんと昔遊びなどで楽しみましょう。
 - 
『誕生会』 毎月第4水曜 11時半～12時頃
 今月生まれの友達をみんなと一緒に祝いましょう。

※コロナの影響で開催されない場合もあります。詳しくは、HPをご確認ください。

自粛生活、みんなお家でどう過ごしている？

みなさん！この期間、どのように過ごしていますか？
 家で過ごす時間、エネルギーいっぱいの子どもとどう過ごしているか・・・毎日考えちゃいますね。ぼかぼか広場のママスタッフも、色々な工夫をして過ごしています！ちょっと、ご紹介…(*^_^*)

プチお手伝い
 ○料理○
 キャベツをちぎる
 キノコをさく
 子供包丁を使う

○洗濯物干し○
 ハンガーをかける
 洗濯バサミで遊ぶ

一緒にお掃除
 拭き掃除を一緒に★
 床お掃除ワイパーを持たせたら危険だった!!!

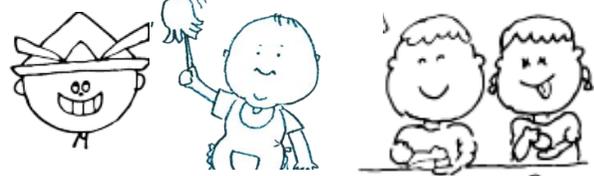
お庭の草抜き
 →砂遊びにかわるけど
 大きい子は、自分の部屋の掃除と整理整頓

SNSから遊びをチョイス
 リトミック、工作、お菓子作り…

材料2つ！親子で
白玉づくりに挑戦★
 《材料》
 ・白玉粉…300g
 ・絹ごし豆腐…大体 300g くらい
 ・お好みで、黒みつやきなこなど

《作り方》
 1、ボウルに白玉粉、絹ごし豆腐(少し残す)を入れこねる。
 様子を見て、残りの豆腐を少しずつ加えながら、耳たぶくらいの硬さになるようにする。
 2、まとまったら、少しずつ手にとって丸めて、お団子にする。
 丸めたあとで、真ん中を少し押してへこませる。
 3、沸騰したお湯に、4で丸めたお団子を入れる。
 少ししたらお団子が浮き上がってくるので、浮き上がってきて1分くらいしたらお湯から出して、冷水の入ったボウルへ入れて冷やす。
 4、水気をきいたらできあがり！
 お好みで、黒蜜やきな粉…
 パフェもおススメ★

ママスタッフは、普段はさっと終わらせてしまう家事を、子どもと一緒にやるようです。きっと時間もかかるし、うまく出来ないけれど、ママと同じ事を一緒に出来た子どもは、とっても嬉しそうな顔をします。予定があると、ついつい時間を気にしてしまいがちですが、のんびりできる今こそ！いかがですか



適度な日光浴も…

子ども達が、すくすくと成長をするには、お日様の光を適度に浴びることも大事って知っていますか？
 お日様の光には、紫外線があり、これを浴びることで、体の中でビタミンDが作られます。骨の成長、免疫力向上、感情のコントロール、しっかりと睡眠…これらの物は、ビタミンDの存在を無くしては得られないのです。外に出るのも大切な生活の一部。人混みに出るのではなく、家の庭や近所の散歩など、お日様の光を浴びるのもいいですね。