

寺尾第二地区 社会福祉協議会だより

No. 21

発行 平成26年 4月

寺尾第二地区社会福祉協議会

会長 宮野 昌夫

第21回 福祉バザー

平成26年3月30日(日)、第21回福祉バザーを馬場西部自治会館に於いて開催いたしました。

遊水地の桜が咲き始めた29日、会場に各自治会・町内会から多くの提供品が運び込まれ、各地域からのお手伝いスタッフが、品物を提供して下さった方々の気持ちに思いをはせながら、準備を進めました。準備が終わったころには、桜の花も五分咲きになっていました。



当日は、残念ながら雨模様となりましたが、風雨を押して、来場された方々で賑わいました。



民生委員が手作りの
作品を出しました✿



御 礼

第21回福祉バザーを無事終了することができ、誠にありがとうございました。皆様のご理解とご協力を得まして、総売上が96,110円となりました。関係各位の皆様にご心より御礼申し上げます。なお、収益は地域福祉向上のため、地区社会福祉協議会の活動資金とさせていただきます。今後ともご協力よろしくお願い申し上げます。

福祉保健講座 第三講



今から始める食習慣Ⅲ

一食で育む親子の絆



2月20日（木）寺尾地域ケアプラザで、食育の講座を開きました。

子どもたちの学習や運動に、大きな影響力を及ぼす食事。“食育”という言葉が使われるようになって久しくなりました。また、大人になっても食習慣は健康を維持し、充実した生活を営む上で大変重要な要素です。そして、その食習慣は幼少期からつくられるといっても過言ではありません。さらに、人と人、親と子の“絆”を結ぶ上でも大切な要素です。

そこで本年は、鶴見区福祉保健センターの管理栄養士 名越 寛子さんを講師にお招きし、お子様に大切な食事についてのお話をうかがい、子どもさんと一緒に作ることができる簡単なメニューや、新しいおふくろの味となりうるメニューを教えていただき、食でつなぐ“親子の絆”について考えました。

30組の申込がありました。当日は、23組47名の方が参加されました。また、地区社協の会長・副会長・民生委員・主任児童委員が参加し、保育や調理を担当しました。



ママは真剣に受講中
ぼくたちは保育スペースで遊んでまーす♡



管理栄養士 名越 寛子さん



試食メニュー
♪魚のコーンクリームがけ
♪磯香あえ
♪納豆トースト

野菜の本や
野菜の歌♪を紹介



調理スタッフ 紹介



♪ 魚のコーンクリームがけ (大人 4人分)

材料		
魚 (鮭など)	4 切れ	
塩・こしょう	少々	
油	適量	
玉ねぎ	1 個 (120 g)	
人参	1/2 本 (80 g)	
コーン缶 (クリーム)	120 g	
コーン缶 (ホール)	70 g	
コンソメ顆粒	少々	
牛乳	120 g	

- 作り方**
- ①魚は塩、こしょうをする
 - ②玉ねぎは薄切り、人参はいちょう切り
 - ③①の魚をフライパンで焼く
 - ④鍋で玉ねぎと人参を炒める
 - ⑤④にひたひたの水とコンソメを加え
野菜がやわらかくなるまで煮詰め
汁けをとばす
 - ⑥コーン缶、牛乳を加え、塩こしょう
で味を調える
 - ⑦③の魚に⑥のソースをかける



講師から

- ・同室保育で、対象のお子さんたちの反応もわかりよかったです
- ・レシピを見ただけで、いつも美味しく、きれいに盛り付けされて感激です

参加者から

- ・ヒントになることも多くこれまでの反省も出来ました
- ・とても美味しく良かったです
- ・現在子育て中の栄養士さんのお話が聞けてとても参考になりました
- ・食に興味を持たせるような本も紹介していただき良かったです

食育の目標

- ～ 楽しく食べる子に～
- 1 おなかのすくリズムの持てる子ども
 - 2 食べたいもの好きなものが増える子ども
 - 3 一緒に食べたい人のいる子ども
 - 4 食事づくり準備に関わる子ども
 - 5 食べたいものを話題にする子ども



定番朝ごはんコンテストで
上位になったメニューです♪

♪ 納豆トースト (大人4人分)

材料

食パン	4 枚
納豆	4 パック
スライスチーズ	4 枚
＝お好みで＝	
ピーマン	1 個
パプリカ	1/4 個

作り方

- ① 納豆は添付のたれで混ぜておく
- ② ピーマンは輪切り、パプリカは細切りにする
- ③ 食パンに①をのせ、その上にチーズを置き飾りに②をのせる
- ④ ③をオーブントースターで焼き色がつくまで焼く

*納豆とチーズだけでも美味しい!!

チーズの上にマヨネーズをかけて焼いても、食パンにバターを塗ってもよい

今年度も親子の居場所 楽しく活動しました!!

寺尾第二地区社会福祉協議会の事業として取り組んでいる親子の居場所には、毎回多くの皆さんが参加され、楽しいひと時を過ごしています

各地区の民生児童委員・主任児童委員をはじめ、保健活動推進委員・婦人部・子ども会の方々がスタッフとして支援しています

毎月参加される方に楽しんで帰っていただけるよう工夫をしています

ば ば ハ ッ ピ ー



- ・“ばばハッピーマーチ”で始まり、“さよならばばハッピー”でおわります
- ・毎月テーマを決め、楽しめる企画を工夫しています

🌀 多くの皆さんのご参加をお待ちしています



クリスマス
ビンゴ
で
盛り上が
りました



きたてらおバンビ参加者の声

- ・クリスマスやお雛様の飾りが魅力的です
- ・恒例の“大きなかぶ”の劇が楽しみでした
- ・手遊びやお歌が大好きみたいです
- ・7月のプール遊びも人気です



き た て ら お バ ン ビ