2025年 春号 子育て情報誌

じゃんけんぽん

URL:www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp

『イクベ』は子育て支援の情報を1ヶ月前から掲載しています♪その他、会津若松市のイベント情報などもあります★詳しくは『イクベ』で検索してみて下さい！

『赤ちゃん交流広場 ばんびぷち』

対象 0歳児（1歳になった子もぜひ） 時間 9:30～11:00

○4/8（火）「交流広場～健康相談・身体測定～」

○4/22（火）「産後ダンス」 ※抱っこ紐、水分補給できる物を持参下さい。

○5/13（火）「交流広場～身体測定・手形アート～」

○5/20（火）「防災講座～わが家の防災～」

○5/31（土）「交流広場～わらべうた・ふれあいあそび～」

○6/10（火）「離乳食講座～後期・完了食～」
※対象8ヶ月～1歳3ヶ月児の保護者 託児あり

○6/24（火）「交流広場～身体測定・手形アート」

『赤ちゃん交流広場 ばんびクラブ』

対象 1歳～未就学児
時間 10:00～11:30

○4/16（水）「からだバーでリフレッシュ」

○4/23（水）「いちご狩り・誕生会」
～観光園久ちゃんにていちご狩り～

○5/21（水）「春の鶴ヶ城散歩・おはなしの会・誕生会」

○5/28（水）「うごいてあそぼう」
～広い体育館の中で一緒に遊びましょう！～

○6/18（水）「うんどうかいごっこ・誕生会」
～親子でうんどうかいを楽しみましょう～

○6/27（金）「幼児期の歯科」
～歯医者さんによる講座です～

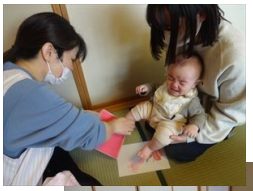
※「ばんびぷち」「ばんびクラブ」は事前の予約が必要ですので、お早めにお申込みください。
ご予約はオンライン予約システムにて受け付けています。
QRコードよりホームページにアクセスいただくか、インターネットにて「中央保育所 子育て支援センター」と検索いただき各交流広場のページから申し込みください。
申し込み期間は、開催前月の10日 AM10時～となっております。 〈ばんびぷち〉 〈ばんびクラブ〉
お問い合わせは 中央保育所 子育て支援センターまでお願いします。 TEL:0242-28-6926

『ばんびぷちのフォトギャラリー』

ママ・赤ちゃんの交流・離乳食教室や子育て講座を行っています。

ママヨガ

交流会で身体測定やお話をたくさんしましょう！



足形アート

初期食講座

『ばんびクラブのフォトギャラリー』

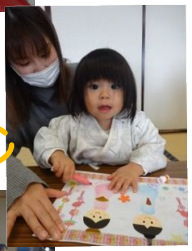
だんごさし、ひなまつりの季節の行事を楽しんだり、キッズダンスでは親子で、講師の先生を楽しく体を動かしました。

幼児食講座

だんごさし

キッズダンス

ひなまつり



ひなあられ おやつ

◇発行◇ 中央保育所子育て支援センター 会津若松市花春町2-1
☆所庭開放・絵本貸出・電話相談もおこなっています。平日9時～17時

お気軽にご利用ください

0.1.2歳児のふれあいあそび

♪とん とん とん･･･
「かわいいかくれんぼ」の歌で遊びましょう!!

ゆったりとした一定のリズムでトントンしていくと安心して落ち着きます。

①ひよこがね おにわで
ぴよこぴよこ
かくれんぼ

子どもを寝かせ、両手に大人の親指を入れて外側から握る。下線部のところでリズムを取る

②どんなに じょうずに
かくれても

下線部のところで胸をトントンする

③きいろい あんよが
みえてるよ

下線部のところで足を握ったり、ゆるめたりする

④だんだん だれが
めっかった

子どもの顔に両手を添えてリズムをとり「た」のところで両手を開く

保育所栄養士おすすめレシピ

鮭おにぎり

材料(米1合分)

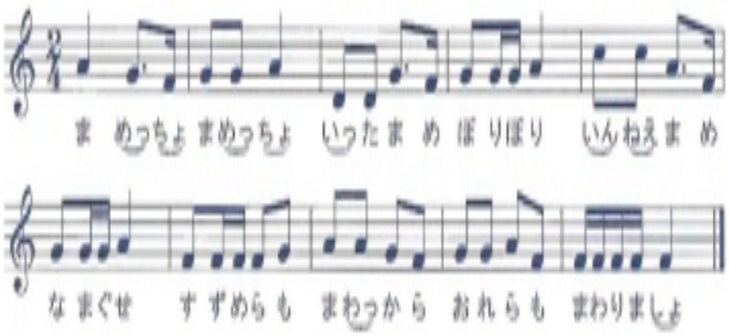
米…1合
鮭(皮なし)…60g
料理酒…6g(小さじ1杯強)
みりん…6g(小さじ1杯)
食塩…1g(小さじ1/6杯)
ごま油…2.5g(小さじ2/3杯)

作り方
1、米は炊飯しておく
2、鍋に酒、みりん、入れて鮭を煮る
3、火が通ったら、塩を加えて水分をとばすように炒め煮る
(骨がある場合はここで取り除く)
4、水分がほぼなくなったらごま油を全体にからめ、炒める
5、ごはんに4をよく混ぜて三角形に、にぎる
☆ラップやポリ袋を使うと、お子さんと一緒に作れます

ごはんにもおやつにも食べやすいです。

親子でちょこっとわらべうた

まめっちょ



てつなぎあそび
【子どもと保育者が向かい合って立ち、両手をつなぐ】
①♪まめっちょ まめっちょ～ …つないだ手を左右を振る
②♪すずめらも まわっから…てをつないだまま 右に歩く
③♪おれらもまわりましょう…手をつないだまま、左に歩く

※リズムに合わせて歩く楽しさを経験するあそびです。
リズムに合わせて手を振り、左右に歩くことを楽しみながら覚えていきます。