

港区には親子で集える場所がたくさんあります。
 ちょっと気分転換に…友だちづくりに…お悩み相談に…ぜひ足を運んでみてくださいね♪
 こちらに掲載されている施設以外にも、子どもの遊び場や支援施設、保育園の園庭開放などがあります。
 名古屋市の子育て応援サイトや港区のホームページをチェックしてね♪



港区民生子ども課の公式Instagram
 「みなとっこ」をぜひフォローしてね♪
 お家の近くの子育てサロン情報など
 子育て情報を発信しています♪
 @minatokuminko_nagoya
 「みなとっこ」で検索すると出てくるよ♪



レシピを紹介します♪
今月は「子どもでも食べられる七草がゆ」

お正月、食べ過ぎてなんだか胃腸が疲れているかも? そんな時は七草がゆ。少しの工夫でお子さんでも食べられる味に変身!

★手順★
 ①大根はすりおろすか刻み、レンジで30秒ほど加熱する。
 ②ほうれん草も加熱して刻む。
 ③鍋にだし、おかゆ、具を入れて加熱する。

★材料★ 離乳食中期～1食分
 大根 大さじ1
 (普段食べている形態に合わせて)
 ほうれん草 (葉1枚程度)
 (七草は苦みがあるので苦みの少ない青菜を代用するといいです)
 だし汁 大さじ2
 おかゆ 大さじ2

子どもの分を取り分けた後に大人の食べる七草を入れることもできます♪



4コマ漫画の話題を募集集中!
 はみんぐスタッフまで教えてね♪

発行・編集
 名古屋市港区子育て応援拠点ははみんぐ
 TEL: 052-387-8957
 Email: happyhiroba2014@gmail.com
 みなとっこは
 地域子育て支援事業の一環で製作しています。

新年あけまして おめでとうございます

今年(卯年)は2023年、うさぎ年です。
 卯年は芽を出した植物が目に見えて大きく成長する年だと言われているそうです。
 また、うさぎはびよんびよん跳ねることから、飛躍の象徴とされます。
 さらにたくさん子を産むため、子孫繁栄や豊穡(穀物がよく実り、ゆたかなこと)のシンボルになっています。



十二支は中国が起源ですが、イースター(復活祭)のイースターバニーや幸運のお守りなど西洋でもうさぎは豊穡や生命力のシンボルとなっているようです。



さて、一年の計は元旦にありという言葉があります。これは「一年のことは年のはじめの元旦に計画を立てて行うべきである。物事は初めが大事、しかもしっかりした計画のもと着実に進めなさい」ということのように。

みなさんは1年の目標を立てていますか? 目標という少し改まりますが、「今年は家族の時間を意識して過ごそう!」とか「新しいことにチャレンジしよう!」とかワクワクできる目標がいいかもしれませんね♪

筆者の目標は3キロやせること! 年末年始で油断したからだと夏までには少しスッキリさせたいです! (毎年同じ目標…^^;)

はみんぐ スタッフC



港図書館よりお知らせ

1月15日(日) 9:30から2月分のおはなし会の予約を受付けます。

乳幼児向けおはなし会:
 2月1、8、15、22日 先着6組
 うち15日(水)は、ららぽーとにて開催します。
 時間: 11:00~11:20
 定員: いずれも先着6組

みなと子育てミニ広場in港図書館
 1月26日(木) 10:30~11:30
 先着6組(1月11日(水)午前9:30より申込)
 内容: 自由遊び、育児交流、おはなし会、保育士・司書による個別相談など

詳しくは港図書館までお問い合わせください。
 TEL: 052-651-9249

南陽図書館よりお知らせ

赤ちゃんむけのおはなし会
 1月12、26日(木)
 時間: 11:00~11:20
 定員: 当日先着4組

幼児・小学生むけのおはなし会 1月21日(土)
 時間: 11:00~11:20 当日先着4組
 お問い合わせは南陽図書館まで♪

TEL: 052-301-2116



妊婦さん、0歳児を育てているママさん向けサロン

こっこ広場

予約不要
 妊婦さんと0歳児を育てているママ
 集まりませんか?

1月18日(水) 10:00~12:00
 「モンテ教育」は11時から
 場所はおやこっこ みなと 陽まわり



問い合わせ
 ☎052-870-4657

初めての0歳さんを育てるママ・パパ・初妊婦さんのための子育てサロン どーなっつ

時間: 10:00~12:00 要申し込み
 1/11(水) 体調管理
 2/8(水) スキンケア
 場所: ららぽーと名古屋みなとアクルス3階からスタジオ
 お申し込みはQRコード、またはお電話で♪



名古屋市港区子育て応援拠点ははみんぐ
 ☎052-387-8957

