

ふれんず
松阪市西之庄町
150 番地
TEL 26-3787

森のくまさん
松阪市阪内町
197 番地
TEL 36-0253

げんきっこ
松阪市小津町
577 番地 3
TEL 56-7974

かんがるー
松阪市飯南町
横野 885 番地
TEL32-8111

やまっこ
松阪市飯高町
宮前 112 番地
TEL46-0056



子育て支援センターだより 令和5年5月号



晴れ渡った空に、新緑の木々がすがすがしさをを感じる季節になりました。子育て支援センターでは、子どもたちがいろいろな玩具で遊んだり、お家の方に絵本を読んでもらったりして笑顔いっぱい過ごしています。行事もたくさん計画しています。ぜひ、遊びに来てください。

【利用制限解除のお知らせ】

◎5月8日より、新型コロナの感染症法上の位置づけが5類に移行することに伴い、各支援センター・ルームでの利用方法等を変更します。

- 人数制限はありませんので、予約はせずにお越しいただけます。
- 利用時間は 9:00~12:00 ・ 13:00~16:00
- 多くの方に利用して頂きたいと考えていますが、時間によっては混み合う事もあります。混み状況など事前にお問い合わせいただければ、と思います。

※行事の申し込みは、来館にて受け付けております。また、電話でも受け付けができる行事もあります。詳しくは、行事・行事予定の予約方法の欄をご覧ください。各センターへお問い合わせください。



5月の出張ひろば

にこにこタイム

～保育園・幼稚園・こども園に入園前のお子さんと保護者のみなさん～
日時： 5月9日(火)10:00~11:30
場所： 射和地区市民センター
申し込み・問い合わせ 29-2002

はっぴいくまさん

～保育園・幼稚園・こども園に入園前のお子さんと保護者のみなさん～
日時： 5月11日(木)10:00~11:30
場所： 機殿地区市民センター
申し込み・問い合わせ 59-0351



「こんにちは赤ちゃん」
5月は開催しません。

親子であそぼう会

～保育園・幼稚園・こども園に入園前のお子さんと保護者のみなさん～
日時： 5月25日(木)10:30~11:30
場所： 中川新町地域交流センター
申し込み・問い合わせ 48-3010



5月の行事

5月	センター名	時間	行事名	予約方法	定員	申し込み関係
1	月					
2	火	ふれんず	11:30~12:00	むすんでひらいて		
3	水					
4	木					
5	金					
6	土					
7	日					
8	月	ふれんず	11:00~11:30	あかちゃんあそびましょ	電話・来館	15組 4月24日(月)から 満1歳までのお子さん対象
9	火	出張ひろば(射和)	10:00~11:30	にこにこタイム		射和地区市民センター (29-2002)に事前申し込み
		やまっこ	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	10組 5月1日(月)から 持ち物は★参照
10	水	かんがるー	10:30~11:30	かんがるーで遊びましょう(散歩)	来館	15組 4月26日(水)から
11	木	出張ひろば(機殿)	10:00~11:30	はっぴいくまさん		機殿地区市民センター (59-0351)へ事前申し込み
		森のくまさん	10:30~11:30	はるを感じてあそびましょ	来館	15組 4月27日(木)から
12	金	げんきっこ	10:30~11:30	中部台公園であそぼう	来館	15組 4月28日(金)から
13	土					
14	日					
15	月					
16	火	かんがるー	10:30~11:00	「ぐりとぐら」絵本の会		
		やまっこ	10:00~11:00	あそぼう会	来館	5組 5月1日(月)から
		ふれんず	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	20組 5月8日(月)から 持ち物は★参照
17	水	げんきっこ	10:30~11:30	親子で楽しく一緒にヨガ	来館	10組 5月6日(土)から
18	木	げんきっこ	10:30~11:00	かみふうせん		
		やまっこ	10:00~11:00	飯高リフレッシュ・ママの会		事前申し込み
19	金	ふれんず	10:30~11:30	ベルファームであそぼう	来館	15組 5月8日(月)から
		かんがるー	10:30~11:00	かんがるー健康講座		
20	土	げんきっこ	10:30~12:00	からだのお悩み改善講座		
21	日					
22	月					
23	火	ふれんず	10:00~11:00	人形の服をつくろう	来館	10組 5月9日(火)から
		かんがるー	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	20組 5月15日(月)から 持ち物は★参照
24	水					
25	木	出張ひろば(中川)	10:30~11:30	親子であそぼう会		中川新町地域交流センター (48-3010)に事前申し込み
26	金	げんきっこ	10:00~11:30	六軒駅へお散歩にいこう	来館	15組 5月10日(水)から
27	土					
28	日					
29	月	かんがるー	10:30~11:30	リトミック(小倉明美さん)	来館	15組 5月15日(月)から
30	火	森のくまさん	10:30~11:30	森くまさんであそぼう	電話・来館	15組 5月22日(月)から
31	水	ふれんず	11:30~12:00	おたんじょう会		

★乳幼児健康相談の持ち物・・・タオル又はバスタオル、母子手帳


内容・・・保健師、看護師による身体測定、健康相談など。事前に電話または来館にて予約をしてください。

※行事の申し込みは、来館にて受け付けます。内容は各センターにお問い合わせください。

同じ講師さんによる同じ行事は、子育て支援センターが違っていても重複して申し込むことはできません。

※行事は、中止や変更になることがあります。詳しくは、各支援センターにお問い合わせください。



子育て支援センターげんきっこ 5月カレンダー
休館日 

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

お知らせ

げんきっこ・・・5月12日(金)は館外行事の為、午後の開館は2時30分からとなります。

ふれんず・・・5月19日(金)は館外行事の為、午後の開館は2時30分からとなります。



6月の行事予定

6月	センター名	時間	行事名	予約方法	定員	申し込み関係
1	木					
2	金	出張ひろば(榎田)	10:00~11:30	はっぴいくまさん		榎田地区市民センター (28-2675)に事前申し込み
		かんがるー	10:30~11:30	キーホルダーを作ろう	来館	10組 5月19日(金)から
3	土					
4	日	げんきっこ・ふれんず合同企画 (子ども支援研究センター)	10:30~11:30	松工吹奏学部がやってくるよ (松阪工業高校吹奏楽部)	来館	各センター 15組 5月17日(水)から
5	月					
6	火	ふれんず	11:30~12:00	むすんでひらいて		
7	水	ふれんず	10:30~11:30	ベビーマッサージ1 (南 香菜さん)	来館	10組 5月24日(水)から 詳しくは♥参照
		森のくまさん	10:30~11:30	リトミック(小倉明美さん)	来館	10組 5月24日(水)から
8	木	げんきっこ	10:00~10:40	フラワーアレンジメント (西川由季さん)	来館	各枠5組 5月25日(木)から (材料費500円)
			11:00~11:40			
9	金					
10	土	合同企画 (健康センターはるる)	10:30~11:30	このゆびとまれパート1 『小さなにじいろコンサート』	来館	30組程度 5月10日(水)から
11	日					
12	月	かんがるー	10:30~11:30	はるくまさんとあそぼう	来館	15組 5月29日(月)から
		ふれんず	11:00~11:30	あかちゃんあそびましょ	電話・来館	15組 6月5日(月)から 満1歳までのお子さん対象
13	火	出張ひろば(射和)	10:00~11:30	にこにこタイム		射和地区市民センター (29-2002)に事前申し込み
		やまっこ	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	10組 6月5日(月)から 持ち物は★参照
14	水	出張ひろば (ハートフルみくも)	10:00~11:00	こんにちは赤ちゃん		予約は必要ありません 問い合わせは畑野保健センター (48-3812)
		ふれんず	10:30~11:30	ベビーマッサージ2		ベビーマッサージ1の参加者のみ
15	木	げんきっこ	10:30~11:00	かみふうせん		
		やまっこ	10:00~11:00	飯高リフレッシュ・ママ		事前申し込み
16	金	ふれんず	10:30~11:30	羊毛フェルトでガーランドを作ろう	来館	10組 6月2日(金)から 材料費500円
17	土					
18	日					
19	月					
20	火	やまっこ	10:00~11:00	あそぼう会	来館	5組 6月1日(木)から
		かんがるー	10:30~11:00	「ぐりとぐら」絵本の会		
21	水	ふれんず	10:30~11:30	ベビーマッサージ3		ベビーマッサージ1の参加者のみ
22	木	出張ひろば(中川)	10:30~11:30	親子であそぼう会		中川新町地域交流センター (48-3010)に事前申し込み
23	金	げんきっこ	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	20組 6月14日(水)から 持ち物は★参照
24	土	げんきっこ	10:30~12:00	子どもの食事Q&A		
25	日					
26	月					
27	火	かんがるー	9:30~11:30	★乳幼児健康相談	電話・来館	20組 6月19日(月)から 持ち物は★参照
		ふれんず	11:30~12:00	おたんじょう会		
28	水	森くまさん	10:30~11:30	森くまさんであそぼう	電話・来館	15組 6月19日(月)から
		ふれんず	10:30~11:30	ベビーマッサージ4		ベビーマッサージ1の参加者のみ
29	木					
30	金					

★乳幼児健康相談の持ち物・・・タオル又はバスタオル、母子手帳



※行事の申し込みは、来館にて受け付けます。内容は各センターにお問い合わせください。

同じ講師さんによる同じ行事は、子育て支援センターが違っていても重複して申し込むことはできません。

※行事は中止や変更になり事があります。詳しくは、各センターにお問い合わせください。

♥ふれんずのベビーマッサージは1回目に申し込みをされた方が6回通して参加する行事です。

対象は生後2か月から7か月までのお子さん と保護者の方になります。

子育て支援センターげんきっこ 6月カレンダー



休館日 

お知らせ
げんきっこ・・・6月4日(日)、10日(土)は館外行事の為、
午後の開館は2時30分からになります。

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

松阪市子育て支援センター合同企画

このゆびとまれパート1

『小さなじいろコンサート』

日時:令和5年6月10日(土) 10:30~11:30

場所:健康センターはるる 3階 健康増進室

講師:音育まつさかプロジェクト

定員:未就園児と保護者 30組程度

申し込みは5月10日(水)から、子育て支援センターふれんず・森のくまさん
げんきこ・かんがるー・やまっこで来館にて受け付けます。

定員になり次第、受付を終了します。

※当日、げんきこの開館は14時30分からになります。



🍷ぎょうざの皮で ミニピザ

(生地の材料) ミニピザ 20枚分

強力粉	75g
薄力粉	75g
水	80~90ml
塩	小さじ1/4 (1.5g)

(トッピングの材料)

ピザ用チーズ	ベーコン (1cmの幅に切ります)
ピーマン	(輪切りにします)
ミニトマト	(半分に切ります)

(ピザソースの材料)

玉ねぎ	1/2個 (100g)
にんにく	1かけ (5g)
オリーブオイル	大さじ2
トマト	3個 (皮をむいて500g)
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1
こしょう	少々
オレガノ (乾燥)	少々
パセリ	40g

作り方

(ピザソースの作り方)

- ① 玉ねぎ、にんにく、パセリはみじん切りにします
- ② 鍋にオリーブオイルを熱し、にんにく、玉ねぎの順に炒めめます。
- ③ 玉ねぎが透き通るくらい炒めたら、トマトと残りの材料を入れて、中火で汁気がなくなるまで煮詰めます。

(生地の作り方)

- ① ボウルに粉と塩を入れます。
- ② 水を少しずつ入れて軽く混ぜながらひとまとめにし、しっかりと練り上げます。
- ③ 乾かないようにラップをして30分寝かせます。包丁で2等分にして棒状に伸ばします。1本を10個に切り分けます。
- ④ めん棒でのばし、6cmくらいの丸にします。

(仕上げます)

- ① 丸く伸ばした生地をオープン皿に並べます。
- ② ピザソースをぬって、具をのせます。
- ③ 200℃で10分焼きます。

できあがり!

ふれんずの行事
「パパの料理教室」花井真弓栄養士の
オリジナルレシピです。
ご家庭でも作ってみてください。