

とまこまい子育て情報誌
のんき こんき げんき

第73号 2024. 4. 1発行

* とまこまい子育て支援センター *



「らっこ」と「かめ」が待っています♪

令和6年は
「カレーパンマン」



図書コーナー

☆お子さん一人で2冊借りられます。



LINE配信や、広報とまこまい「おでかけガイド」を見てね♪遊びに来てください♡

子育て支援センターの
情報や楽しい行事の
様子を載せています。
こちらをチェック☞



授乳コーナーを
リニューアルしました♪



ママ安心♪

楽しみましょう 子育てを のん気 こん気 げん気で!



お出かけに良い季節がやってきましたね。
おさんぽビンゴで外遊びを楽しみませんか★

記事提供
みその保育園

<p>あ り</p> 	<p>じてんしゃ</p> 	<p>あかいくるま</p> 
<p>ひこうき</p> 	<p>きいろいはな</p> 	<p>い め</p> 
<p>ちょうちょ</p> 	<p>パトロールカー</p> 	<p>バ ス</p> 

ビンゴに載っているものを探しながらお散歩します。
全部見つけれられるかな？



オリジナルのビンゴ
を作って楽しむのも
良いですね！



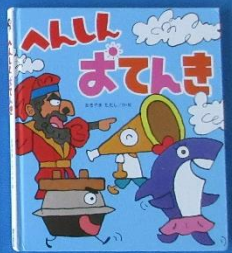
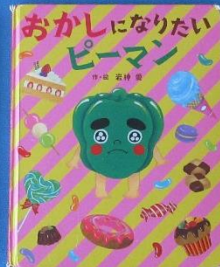
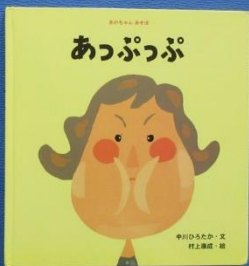
おすすめ絵本紹介



乳児向け

おばけが出てくる
絵本が人気です！

幼児向け



大好きな絵本は何度読んでも
楽しい♪

シリーズ化されています★



保育園で人気のメニュー



【鶏肉の味付け焼き】

材料（4人分）

- 豚もも肉・・・200g
- (A)ごま油・・・4g（小さじ1）
- (A)砂糖・・・4g（大さじ1/2弱）
- (A)正油・・・12g（小さじ2）
- (A)生姜・・・6g（大さじ1/2弱）
- サラダ油・・・焼き用



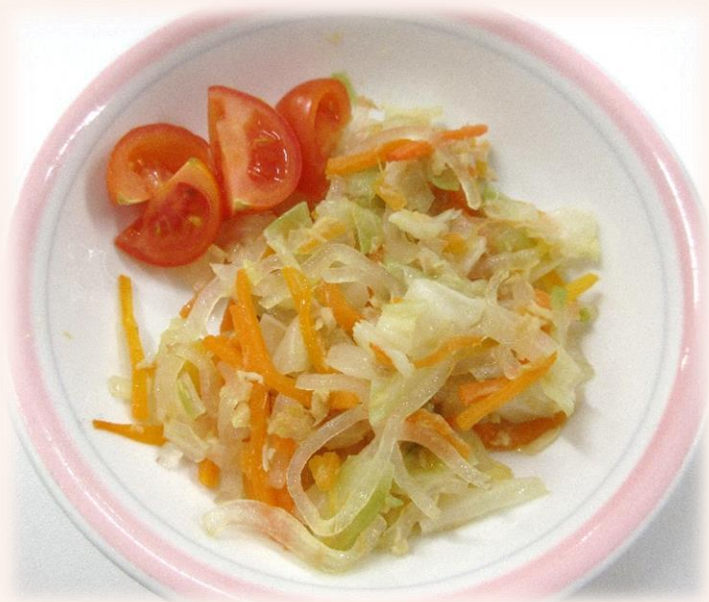
●作り方●

- ① 鶏肉はフォークなどで穴をあけて味をしみやすくしておく。
- ② 生姜はしぼり汁にしておく。
- ③ Aの材料を合わせ①の鶏肉を漬け込む。
- ④ ホットプレート又はフライパンに油を熱し③の鶏肉を焼いて完成！

【シーチキンサラダ】

材料（4人分）

- シーチキン缶・・・60g
- きゅうり・・・80g
- 人参・・・60g
- キャベツ・・・80g
- サラダ油・・・8g
- 酢・・・10g（小さじ2）
- 砂糖・・・2.8g（小さじ1弱）
- 正油・・・8g（大さじ1/2）
- 塩・・・少々



●作り方●

- ① シーチキン缶はザルにあけて油を切る。
- ② きゅうり・人参は3cm位の干切りにして軽く茹でる。
- ③ サラダ油・酢・塩・砂糖・正油を合わせる。
- ④ 水気をきった①と②を入れて合わせれば完成！



子ども・子育て相談ナビ

～利用者支援相談窓口～



こんな時は・・・

- 保育所や幼稚園、認定こども園などについて知りたい
- 保育所等の手続き、保育料が知りたい
- 入所できなかった時の預け先は？
- 子育てに関する情報を知りたい
- 子どもを預けてリフレッシュしたい
- 子育て中のお母さんと交流したい
- 子どもにどう関わっていいのかわからないイライラして怒ってばかりだ

～利用者支援員にご相談ください～

相談

場所	市役所1階こども育成課 (18番窓口 ピンクゾーン)
時間	9:00～17:00 (月～金)
電話	0144-32-6224 (直通)

窓口

場所	子育て支援センター (教育・福祉センター 2階)
時間	9:00～16:00 (月～金)
電話	0144-33-4751 (直通)

ご相談の際は
利用者支援員を
ご指名ください



オンライン相談

もやっています!!

詳細は
こちら



- 土曜日、日・祝日、年末年始(12/29～1/3)はお休みです。
- 不在の場合があります。お電話にてご確認の上お越しください。

発行

苫小牧市こども育成課 とまこまい子育て支援センター
苫小牧市本幸町1丁目2番21号 TEL 33-4751

