

2026年 1月

日	月	火	水	木	金	土
2026年も よろしくお願いします		日付に○が付いている日は午前中に 1階遊戯室で遊ぶことができます			1 休館日	2 休館日
児童館 お休み	5	6 手遊び	7	8 おはなし会 子育て相談	9 誕生日会 会食&相談会	10
	12 祝日	13 ♡思春期相談	14 ★名札講習会	15	16	17 掃除の日 掃除が終わり次第 (11時頃から) の開場になります。
	19	20	21	22	23	24 も おとうさん いっしょ
	26 ★リズム遊び	27	28	29	30	31 休館日 (館内整理日)

## おたのしみタイム 午前11時～11時20分

- 6日(火) 手遊び 協力: チームあいあい
- 8日(木) おはなし会 協力: くりの実文庫

曜日にご注意  
ください!

- 9日(金) 1月の誕生日会  
誕生月のお子さんは写真を撮りますので、  
早めにきて下さいね!

\* 誕生日会のあとは会食及び幼児食に関する相談会

「冬野菜の煮物」

講師の手作りです。

材料や作り方は裏面に♪

募集: 12組(当日先着順)

時間: 午前11時30分頃から正午まで

参加費: 30円

講師: 伊関葉子さん(管理栄養士)

誕生月でない子も  
参加できます♪



←このマークがついている行事は  
申込みが必要です。

申込み: 12月20日(土)～26日(金)

(電話可・ホームページ可・多数抽選)

発表: 1月6日(火)午後1時

おすわりできる  
ようになったら☆

とことこ歩ける  
ようになったら☆

## ★ 名札講習会

- 14日(水) 午前10時～正午  
ひろばで使う名札を手作りしましょう。  
募集: 8組  
材料費: 180円  
保育あり  
協力: ちょきちょき、チームあいあい

## おとうさんもいっしょ

- 24日(土) 午前10時30分～11時30分  
おとうさんも一緒に楽しめるイベントで  
す。  
お母さんだけの参加も大歓迎です!

リズム遊びの時間と順番が  
変わりました!

## ★ リズム遊び

- 26日(月) 午前10時15分～11時30分  
よちよちクラス 午前10時15分～(30分程度)  
とことこクラス 午前10時50分～(40分程度)  
募集: 各回12組  
講師: 若尾裕子さん(リトミック講師)

★ 1月及び年末年始の休館日 毎週日曜、12日(月・祝)、31日(土・館内整理日)  
12月29日(月)～1月3日(土)

★ 1月5日(月)から開館します。

★ 授乳の際は、ひろば内の授乳スペースまたは中高生室をご利用ください。

★ 第3土曜日は清掃の日 午前11時頃からの開場です。

ぱおぱお開場時間 月～土 午前9時30分～午後4時

2026年  
1月

## 専門相談



8日(木) 子育て相談 午前10時～午後1時 臨床心理士



13日(火) 思春期相談 午前10時～午後1時 臨床心理士

※事前予約、電話可

◎体調がすぐれない場合、または通われている保育園・幼稚園が学級閉鎖等で登園できない場合は来館を控えていただくようお願いいたします。

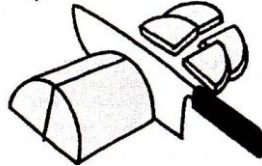
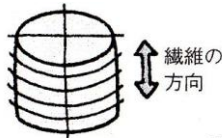
## 会食 メニュー

### 『 冬野菜の煮物 』

## 材料 (幼児6人分 もしくは 大人4人分)

大根 . . . 500g  
にんじん . . . 150g

サラダ油 . . . 大さじ1  
だし汁 . . . 1と1/2カップ  
砂糖 . . . 大さじ1  
しょうゆ . . . 大さじ1



☆子育てひろば「ぱおぱお」では食育の一環として、季節感のある会食のメニューを提供しています。

## 作り方

大根・にんじんは皮をむき、1cm幅の半月切もしくはイチヨウ切りにする。

- ① 鍋に油を熱し、中火で大根・にんじんを炒める。
- ② だし汁・砂糖・しょうゆを加え、弱火にしてふたをして10分煮る。
- ③ ふたを取ってさらに煮汁が少なくなるまで煮る。  
(好みの濃さに煮詰める)

根菜類のおいしい季節です。子どもたちにもしみじみとした煮物をあじわってもらいましょう。根菜自体にも甘味がありますから、食が進みます。柔らかく煮てあれば、少し大ぶりに切って噛みごたえを与えた方がよいでしょう。噛むことであごの発達にもつながります。また根菜は身体を温める食材とされているので、食べて元気になりましょう！

ひとこと  
メモ



メニュー監修 雀部かおりさん(元保育園栄養士)、伊関葉子さん(管理栄養士)

このたよりは東児童館のホームページでご覧になれます



東児童館のホームページ



小金井市のホームページ