

# のびすく仙台 イベント報告



## 6/8(土) かつちゃんれいちゃん いっしょにうたおう! 出演: 雫石 勝彦さん、雫石 玲さん

朝から雨が降るあいにくの天気のため、14組30名の参加がありました。

かつちゃんはギターとパーカッション、れいちゃんはキーボードと歌を担当し、童謡からアニメソングまで、いろいろな曲を演奏。親子でいっしょにうたったり、リズムに合わせて身体を動かしたり、パネルシアターを楽しんだり、あっという間の30分でした。

最後にTV番組「情熱大陸」のテーマが流れ、「コンサートになかなか行けないので、大人も子どもも満足しました!」との声もいただきました。



## 6/20(木) グループ相談「幼児食」 講師: 佐藤 京子さん(管理栄養士)

講師のアドバイスと参加者同士の話し合いで、とても雰囲気の良いグループ相談になりました。

参加者からは、「不安がなくなった。」「同じ悩みをもつママがいて心強かった。」「参考になった。」などの感想がありました。

### ☆食事のときのポイント☆

- 食べさせようと無理にはしない。
- 苦手な物も食卓に出す。
- 食べなくても怒らない。
- 食卓に子どもの指定席を作って一緒に食卓を囲むこと。
- 初めて食べるものはアレルギーの心配もあるので1口2口だけあげるか、量を少しずつにして様子を見てあげてみましょう。



子育て中のお母さんお父さんたちのおもしろエピソードを大募集しました。共感したり、驚いたり、みなさんの子育てエピソードをのぞいてみましょう♪

### ☆今月のテーマ☆

#### ①おすすめ時短料理

- ①鶏の塩こうじ焼き  
塩こうじに漬けて、焼くだけで、人気メニューの完成です。
- ②やっぱり・・・のびすく! 涼しいので助かります。  
(和葉ママ・子ども6歳と4歳)

- ①豆苗とウィンナーをいため、塩こしょうをするだけ♪
- ②「わいわいパーク」  
卸町のイオンスタイル3階。有料ですが、平日は700円で遊び放題です。  
(4いなママ・子ども1.3.6歳)

- ①ひじきの缶詰と卵で「ひじき入り卵焼き」
- ②「イーレ! はせくら王国」  
離乳食を温めるレンジや赤ちゃん用のベルト付きのイスがあります。  
(タッピーママ・子ども0.9歳)

#### ②夏場の穴場スポット

- ①フライパンで卵トースト。食パンを四角く切り、フライパンにのせ、そのまま卵を入れて焼く。
- ②のびすく。 (2歳のママ・子ども2歳)

- ①おみぎ汁の汁と、ときたまごを入れてレンジでチン! 簡単に茶巾蒸しのような料理になります。ネギなどの野菜を入れてもOK!!  
パクパク食べるのでぜひ!!  
(しゅんぷーママ・子ども1歳)

- ①ゴマドレッシングみぎ炒め野菜。お肉を炒めてゴマドレ、みぎを、1:1で混ぜて入れるだけ!
- ②カラオケ(キッズルーム完備)  
アイス食べ放題、ドリンク付きで涼しく、しかも、カラオケも出来て大人も楽しめる! キッズルームがあれば好きに遊んで、寝せられる(笑)  
(はるみこしょうママ・子ども5.3.1歳)

今回ご協力いただいた皆さま、ありがとうございました!!

次回もお楽しみに(\*^\_^\*)