



イベントカレンダー

★:要予約。電話・ひろばで受付。先着順。

♪:オンライン。のびすくホームページ専用フォームから申込。

マークなし:申込不要、直接会場へ。

* イベント中の動画撮影と SNS への投稿はご遠慮下さい。

* 個人情報は目的以外に利用いたしません。

* イベントの場所は、こどもひろばです。参加者以外の方はこどもひろば以外の場所は利用できません。

PICK UP★		日	月	火	水	木	金	土					
★新米パパママ講座 「はじめての 親子ベビータッチ」 11/1(土)10:00~11:00 心の安定にも繋がるスキンシップたっ ぱりの「親子ベビータッチ」誰でも簡単 にお歌に合わせてできますよ♪ 講師:平澤 由美さん 対象:3~11ヵ月(第一子のお子さん)と保護者 定員:10組			『まちなかで遊ぼう！ あそびばせんだい』 11/22(土)~11/25(火) 10:00~17:00 申込不要！入場無料！天気を気にせず思いきり 遊べます。親子で楽しめるプチイベントや子育てに 関する情報発信も！ 会場:アエル5階多目的ホール 対象:0歳~小学校低学年までのお子様とその保護者 ※保護者の方の同伴が必要です			★「初めての冬の暮らし」の お話 11/28(金)10:00~11:00 「子どもに何を着せる?」「着させすぎて る?」「足が冷たいけど大丈夫かな?」等 冬のあれこれお話しします。 講師:青葉区家庭健康課 保健師 対象:0~1歳児の保護者 定員:10組		1 受付中 ★新米パパママ講座 「はじめての 親子ベビータッチ」 10:00~11:00 対象:3~11ヵ月(第一子 のお子さん)と保護者					
2	3	4 館 休 日 	5 申 10/22~ ★せんだい 助産師サロン 10:00~11:00 対象:2~5ヵ月の乳児と ママ	6 申 10/23~ ★働くちよいまエ トーク 10:00~11:00 対象:乳幼児の保護者(お子 さんと一緒に)、プレママ 合同開催 みやぎ女性のキャリア・リスタート 支援センター、のびすく仙台	7 受付中 ★出前のびすく にこにこひろば 10:00~12:00 場所:みやぎ生協愛子店 受付中 ♪のこみこオンライン トーク 14:30~ 	8	9 受付中 ★ママの相談室 10:30~12:00	10 館 休 日 	11 受付中 ★みんなであそび わい親子食堂 スペシャル 10:30~13:00 フーフオブハート のお話し会 14:30~ 	12 あそびば せんだい 			
16 おもちゃばこの お話し会 14:30~	17 館 休 日 	18 発達相談タイム 10:00~12:00 おひとり 30 分程度	19 申 11/5~ ★のびすく ちびばーく 10:30~11:30 西公園プレーパークで あそぼう♪	20 ママとキッズの 音楽あそび 10:30~11:10	21	22 あそびば せんだい 	23 あそびば せんだい 30 申 11/9~ ★プレパ ママ講座 10:00~11:30 対象:妊娠 28 週以降で 初めてパパママになる方	24 あそびば せんだい 臨時休館日 館 休 日 	25 あそびば せんだい 館 休 日 	26 申 11/12~ ★せんだい 助産師サロン 10:00~11:00 対象:2~5ヵ月の乳児と ママ	27 受付中 ★マザーズハロー ワーク出張相談 14:00~15:00 おはなしタイム 14:30~14:50	28 申 11/14~ ★「初めての冬の 暮らし」のお話 10:00~11:00 受付中 ♪オンライン のびすく探検！ 14:30~ 	29 11 月生まれの ファースト バースデー 10:30~11:00 対象:1 歳児と保護者

9/26(金)グループ相談「幼児食」のお話 講師:佐藤 京子さん(管理栄養士)

当日は 7 組の親子が集まってくれました。歩き始めのお子さんが多く、ママは座ってゆっくり話を聞くのは難しそうでしたが、他の方の悩みも共有できて良かったとの声がありました。質問の一部を紹介します。

Q:カレールウや鶏がらスープは使ってもいいの?

A:徐々に使用していいが、ごく少量から始めて欲しい。甘味も同様だが、最初に濃い味を覚えてしまうと、薄味のを嫌う傾向があるので注意。ルウは「子ども用」を。

Q:テーブルに食べ物を全て並べると、どうしても好きなフルーツを先に欲しがります。食べる順番などある?

A:食事では、たんばく質性の食品や野菜を先にとって欲しいので、フルーツは、初めから出さず食後に。また、途中、ご飯が進まなくなったときに挟むなどの工夫をしてみてください。



イベント 報告



編集後記 夏でも食欲は落ちませんでしたが、涼しくなって食欲がさらに増えています\(^o^)/ スーパーやコンビニの秋限定のお菓子について手がつまみやすいね! 皆さんもそうですね! ? 秋の味覚、おすすめの美味しいもの教えてください! (Pay)