



# SUNSUNひろばだよ!

2月号  
発行:しあわせ SUN  
つどいの広場

## 鬼は外! 福は内! ~節分について~

1月のSUNSUNひろばでは、参加してくれたお友達と「鬼さん豆入れ」を作りました。ティッシュの空き箱で作った鬼に、画用紙で作った角や髪の毛をペタペタと貼りました。最後に鬼の顔と、黄色のパンツにマジックペンでトラの模様を入れたら出来上がりです!泣いてる鬼や可愛い鬼など、色々な鬼が出来上がりました☆



節分は年に4回ある季節の分かれ目の事です。冬から春に変わる節目である立春は旧暦では1年の始まりだったため、その前日の節分は大切にされてきました。近年ではその年の干支によって定められる、最も良いとされる方角を向いて太巻きを食べるのも恒例となっていますね☆  
今年の方角は南南東です!

## 体をしんから温めましょう

寒さが厳しくなると、体の芯から温まりたくなりますね。そんな時は食事の工夫を心がけましょう。「根菜類」は、体を温める代表的な食材です。

。サツマイモやカボチャニンジンなどを使ったシチューやスープは食べやすく人気のメニューです。ぜひ、お試しください!



2月のSUNSUNひろばでは、ママフィットインストラクターの先生をお呼びし、親子体操を行います。運動不足になりがちな冬、体を動かしてリフレッシュしませんか?お母さんだけの参加も大歓迎です!!

日時:2月16日(金)

10:30~11:30

※詳しくはスタッフまで



## 2月の予定

- 2月2日(金) 10:30~11:00 絵本の読み聞かせ会「よんで!よんで!!」
- 2月9日(金) 10:30~12:30 「スマイル子育て相談会」
- 2月16日(金) 10:30~11:30 おやこあそび講習会「SUNSUNひろば」





### ままごとコーナー

お野菜ちよきちよき、おなべでじゅうじゅう。今日は何を作ろうかな♪

### 絵本コーナー

車の絵本やノントンの絵本もあるよ！好きな本が見つかるかな？



### 変身コーナー

ドレスを着てプリンセスになったり、他にもピーターパンやステッチになったりできるよ！



### 他にも楽しいこといっぱい

お絵かきやぬりえ、カルタに、パズルなど、いろいろあるよ！





つどいの広場では毎月楽しい行事を行なっています。ぜひ一度ご参加ください。

## ● よんで！よんで!! ●

絵本の読み聞かせ会です。スタッフが毎回2～3冊の絵本を読みます。

## ● スマイル子育て相談会 ● \*要申込

子育てアドバイザーの米内幸子先生（元久慈保育園主任保育士）が  
子育て中の「ちょっと気になる事」にお答えします。

「おしっこの自立がまだなんです・・・」、「おっぱいが離れません・・・」

「保育園でうまくやっていくにはどうしたらよいのでしょうか・・・」

など相談内容はなんでもかまいません。

相談中はスタッフがお子さんと遊んでおります。

## ● SUNSUNひろば ● \*要申込

おやこあそびの講習会です。

手作りおもちゃを作ったり、あそんだりしています。

1月は「鬼さん豆入れ」を作ったよ!!



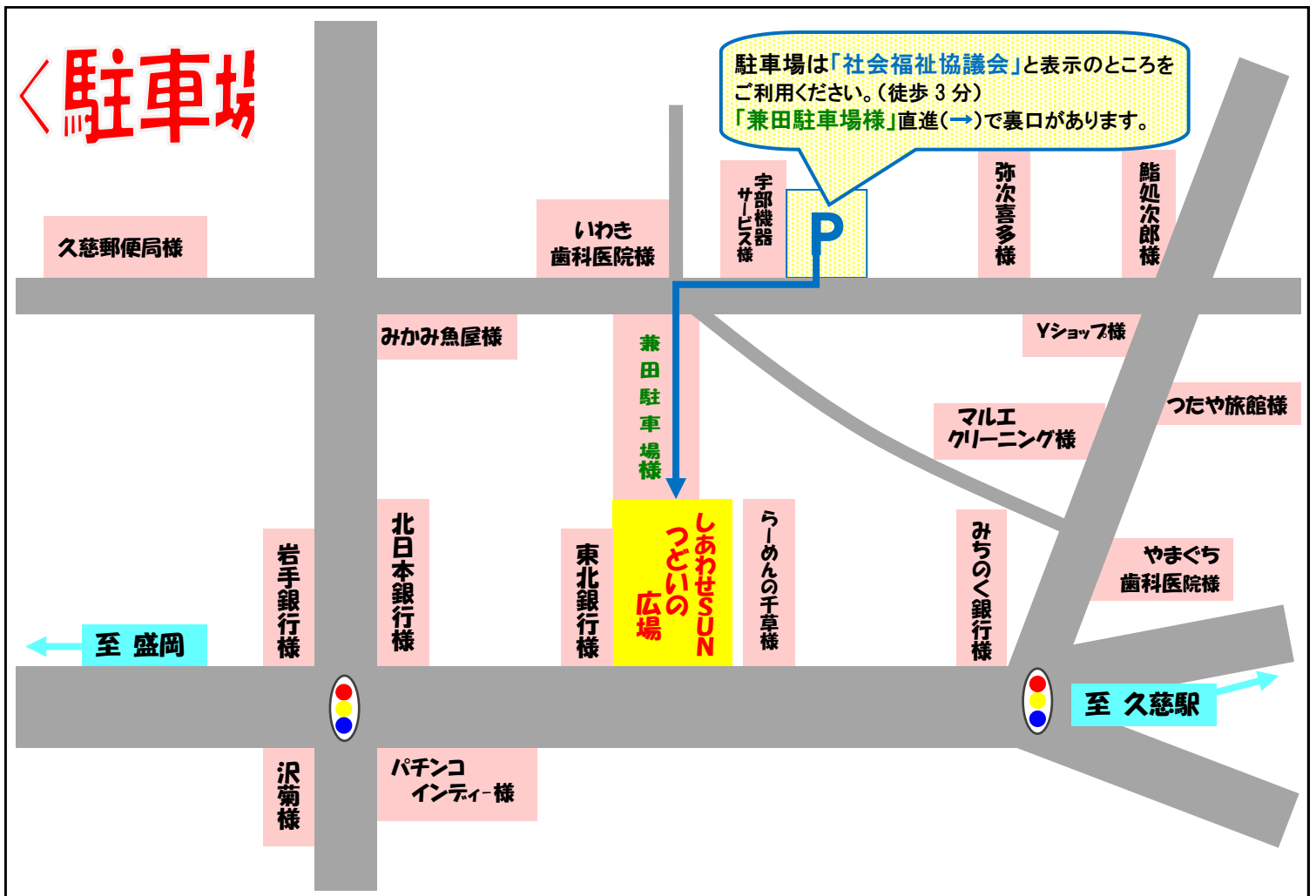
# ボランティア募集!

つどいの広場ではお手伝いしてくれる  
“若い力”を募集しています。

子どもと遊んでくれたりおもちゃを作ってくれたりする  
おにいさん、おねえさんをお待ちしています。  
いつでもお電話お待ちしております。



問い合わせ ふくしサロンしあわせSUN  
TEL 61-3933 担当 海老名



久慈市社会福祉協議会 ふくしサロンしあわせ SUN つどいの広場  
久慈市二十八日町一丁目12番地 TEL 61-3933