

子育て・サークル応援グループ  
MaMa ぽっけ  
\*サークル通信\*

★ 私たちは「地域ぐるみの子育て」をめざす活動を発信します ★  
早春号

『あたたかい！春はもうすぐです！みんな大きくなったねえ〜♪』



平成 29 年 2 月 28 日発行

第 59 号

<連絡先> 安佐南区社会福祉協議会（通称“社協”）

電話：082-831-5011 FAX：082-831-5013

MaMa ぽっけホームページ（MaMa ぽっけで検索OK！）

<http://mamapokke.cho88.com>

# MaMa ぼっけの活動紹介

11/26

子育て世代向け

防災講座

in 祇園公民館



災害時のごはん、どうしよう！

<おはなし>

- ・災害時の食について
- ・過去の被災地の状況より など

<調理実習>

- ・ポリ袋クッキング「ご飯を炊いてみよう！」
- ・フォーカレーうどん(アレルギー-27品目不使用)
- ・新聞紙で作ったお皿で食べてみよう！

ママたちの不安や思いをカタチに！と、4回目の子育て防災講座を開催しました。この度は“食物アレルギーっ子の会 キラ☆キラ”のメンバーの皆さんが中心となり準備を進めてくれました。私たち MaMa ぼっけは、当日子どもたちの見守りを担当しました。キラ☆キラのメンバーさんより報告が届きました。皆さんもお試しください。

## 災害時のポリ袋調理「ご飯を炊く」

※ 袋を開けてそのまま出来上がったご飯を食べれるので、

衛生的であり、食器もいらないメリットがあります。

材 料： 一人分 お米 1/2C、水 1/2C

作り方：① ポリ袋にお米と水を入れて、30分以上浸しておく(水と米同量)。

※ 計量カップがない時は、プリン空き容器などなんでも代用 OK。

- ② 袋の空気を出して、口をしっかり縛る
- ③ 鍋にお湯を沸かし、沸騰したら中にザルを入れる
- ④ ③に②を入れ、落とし蓋をして、25～30分茹でる。

アレンジ：水かわりにトマトジュースを入れるとケチャップ風に。

ご飯をただけでなく「シーチキンじゃがいも」「シチュー」

などおかずも一緒に同様に作ることもできる。



「フォーカレーうどん」づくりでは、アレルギー-27品目を使わないという配慮をすることで、災害時いろんな人に優しいメニューを工夫できることを学ぶことができました。また、ポリ袋クッキングは、災害時だけでなくキャンプなど簡単に体験できるので、是非とも皆さん！子どもさんと体験してみてくださいね。

当日は、NPO法人ヘルスケアプロジェクト 代表 鉄穴森 陽子さん（管理栄養士）が、わかりやすく、そして楽しく進めてくださいました。

# 12/18 子育て応援わいわいフェスタ 「親子でいっしょにあ・そ・ぼ！！」に ブース参加してきました。

イオンモール広島祇園（3階イオンホール）にて開催された広島県の催しに、あさみなみ子育てしやすいまちづくり委員会として、参加してきました。

昭和60年代の子育てサークルのお母さんたちの作品である一枚がたたみ二畳分もある“大型紙芝居”を、委員会のメンバーみんなまで演じてきました。

パパメンバーがアンパンマンやバイキンマンになりきって演じてくれたので、最高の盛り上がりでした。また、当日は県内で子育て支援活動をされているさまざまな方が来られていたので、これからのつながりが楽しみになる一日になりました。



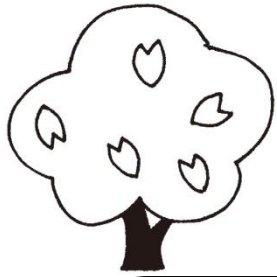
たくさんの親子さんに見てもらえて感動！



トナカイさんは、誰でしょう？  
わかるかな？

大型紙芝居は、社協さんに大切に保存して頂いています。あなたの地域のイベントで演じてみませんか？いつでも、MaMaぼっけに相談してね(\*^\_^\*)





# おわかれ会 どうしようかな？ネタ



3月は、子育てサークルにとっても特別な季節です。4月になったら幼稚園や保育園に行くお友だち、パパの転勤で新しいまちにお引越しするお友だち…などなど、ちょっと寂しいお別れの季節です。その半面、一年間みんなで活動してきたまとめの月でもあり、みんなで子どもたちの成長をお祝いする季節でもあります。思い出をカタチにする“おわかれ会”どんなふうにしていくのかな？サークルさんに聞いてみました。

ここ数年3月になると、お別れ遠足、という形で、みんなで**安佐動物公園**に行っています。まだちょっと肌寒い季節ですが、普段の活動ではほとんど遠出はしないので、子供達もとても楽しみにしているイベントです。

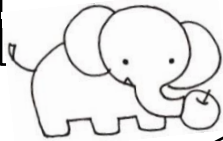
キリンやゾウなどの人気の動物達をじっくり見た後、**ぴーちくパーク** で思い切り遊びます♪  
特にテンジクネズミをだっこできるコーナーは大人気で♪



その後、ちょうど子供達のお腹もすいてきたところで、お母さん手作りのお弁当をみんなで一緒に食べます。おやつタイムに突入したところで、メンバー全員に、サークルの記念品として、ささやかなプレゼントが配られます。

特別なことはしませんが、今年も安佐動物公園へお別れ遠足に行く予定なので、いつもと違う時間を一緒に過ごして、同じ思い出を共有して、少しでも思い出に残る出来事になったらな、と思います。

(こぶたランドさんより)



## MaMa ぽっけメンバーの思い出ネタ

サークルを卒業して10年以上経ってしまいましたが、今でもお別れ会でママたちが子どもたちにプレゼントした紙皿を使ったメダルは大切なたからものです。表面は子どもたちのなぐり書きと写真、裏面は手形とお別れ会の年月日を書いてあります。

みんなでお弁当を注文して  
おしゃべりしながら  
ゆっくり会食するのも楽しいね。



……と、あつぷっぷさんからのメッセージはここまでで、このあと、エプロンシアターのお試しにあそびネタサロンに来ていただきました。

MaMa ぽっけと社協さんとの貸出エプロンシアターは、大きなかぶなどみんながよ〜く知っているお話なので、みんなに楽しんで演じて頂けると嬉しいです。

どうぞ！いつでも声をかけてください。

ギリギリでも遠慮なく相談してね。

こんにちは！あつぷっぷ です。

今年はまだ企画段階でして(2月はじめのこと)、MaMa ぽっけさんにお聞きしようと思っていました。

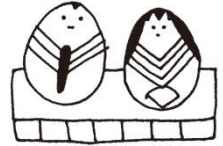
例年は、卒会するメンバーだけではなく全員に記念品をプレゼントしてみんなでランチ会をしています。広島経済大学 興動館のカフェを借りて、ピアノも借りて歌を歌ったり、紙芝居したりという年もありました。全員で写真撮ってオリジナルのカップを記念品としていただいたりした年もありました。

今年も2歳児さんが増えたのでいつものサークルの祇園集会所でランチ会と紙芝居や記念品プレゼントをと考えています。

MaMa ぽっけさんが、サークル体験会でやっていたエプロンシアターってお借りできますか？私たちができるかな。



私たち MaMa ぼっけ は  
安佐南区ボランティア連絡会に加入しています！



2月24日(金)

“ボランティア交流会”に参加してきました。

私たち MaMa ぼっけは、安佐南区ボランティア連絡会に所属しています。年に一回の交流会では、お互いのグループの活動内容について知り合い、活動への思いを共有しあい、明日への元気をみんなで充電しています。

今年は、「手話サークル古市」さんからグループの活動紹介と手話の基礎、様々な聴覚障害の方々への理解の呼びかけに続き、参加者と聴覚障がいの方との手話を使った体験交流が行われました。

手話を実際に使ってみると、手がうまく動かなくて難しかったです。でも、動きには意味があり、イメージしながら手話を使ったら良いのもわかりました。簡単な挨拶や自己紹介を教わったので、機会があれば手話を使ってコミュニケーションしてみたいです。

皆さん！

「ありがとう♥」の手話 ご存じですか？  
サークルのみんなで作っててください。



後半は、ボランティア連絡会グループ以外の団体と交流を！という思いで、安佐南消防団「せせらぎ女性消防隊」さんに、来ていただきました。

女性消防団の発足からの歴史や平成26年の土砂災害の際の活動の話、平常時の活動についての話をお聞きしました。土砂災害の時には、『私たちにも手伝わせてほしい』と働きかけ、体育館の段ボールベットの搬入、組立てなどをされたそうです。

また、日頃は幼稚園などで劇や紙芝居で小さい頃から防災に関心をもってもらえるように活動をされています。市民の安心安全のために信念をもって活動されていること、様々なことに消防団の仲間でチャレンジしている姿に元気をもらいました。

「日常の生活の中で、親子で防災について触れる機会は大事！」とと思っている私たち、せせらぎ女性消防隊さんとのつながりは新たな“ママたちの防災知恵袋”の活動につながりそうな予感がしました。こちらもお楽しみに(^\_^)/

絵本の読み聞かせグループ

「どんぐりころころ」さん

おすすめの絵本の紹介です。



毎月第1木曜日に、大塚公民館で、未就園児を対象にお話し会を開いています。ボランティアのメンバーは、子育て真っ最中のママたちばかりです。小さなお子さんや保護者の方が気兼ねなく参加してもらえるような雰囲気づくりを心がけています。一緒にお話し会を盛り上げてくれるメンバーも募集中です。

絵本が好きな方、小さなお子さんがいる方も大歓迎です。

まずはお気軽にお話し会をのぞきにきてみてくださいね♪



## ◆「ちょうちょう ひらひら」

文：まど・みちお 絵：にしまきかやこ

発行：こぐま社(初版2008年)



ちょうちょうひらひら うさちゃんにとまった うさちゃんが うふふあたたかな色合いで描かれた春の野原の中を、ちょうちょうがひらひらと飛んでかわいらしい動物たちにとまります。

春って楽しいな、あたたかくて気持ちいいなと どうぶつたちにつられて 思わずうふふと笑顔になってしまうような絵本です。

## ◆「ねずみのでんしゃ」

作：山下 明生 絵：いわむら かずお

発行：ひさかたチャイルド(初版1982年)



もりにはるがきて、あしたから7つ子たちのちゅうがっこう(ねずみの幼稚園や保育園)が始まります。けれども7つ子たちはちゅうがっこうなんていや!とわがママを言います。

困ってしまったお母さんは、いっしょうけんめい考えて、子どもたちがちゅうがっこうにいきたくなるようなある作戦を思いつきました。ねずみのお母さんの子供たちに対する愛情が伝わる楽しい絵本です。春から幼稚園や保育園に入園を控えたお子さんとお母さんにぜひ読んでもらいたい一冊です。

<お礼> 「どんぐりころころ」の皆さんには、一年間絵本の紹介をしていただきました。

本当にありがとうございました。



# あそびネタサロンのご案内

日 時：原則 第1・2・3 火曜日 10時～12時（時間内出入り自由）

3月	7日、14日、21日
4月	4日、11日、18日
5月	2日、9日、16日

「私も子育てサークルに  
行ってみたいなあ～」  
そんな親子さんも  
大歓迎！

場 所： 安佐南区総合福祉センター6階 第3会議室にて

問い合わせ： 安佐南区社会福祉協議会

<電話>082-831-5011



## ★子育てサークルやおうちで楽しめる簡単なあそびを紹介しています！

「サークルで、何して遊ぼうかな？」そんな時のお助けグッズ“貸出おもちゃ”の紹介もあります。また、簡単な工作や手づくりおもちゃの作り方も紹介しています。ど・う・ぞ！！

## ★子育てサークルの紹介、サークル運営の相談をしています！

「サークルデビューしてみようかな？」でも、どうやって近くのサークルさんを探そうかな？という親子さんも大歓迎です。「4月からの新しい代表さんをどうやって決めようかな？」という悩みもどうぞ。

## ★「ママたちの防災知恵袋コーナー」もスタートしました！

我が子を守るには、どんな準備が必要かな？ みんなでおしゃべりできるコーナーを用意しました。子育て世代ならではの災害への心配ごとをみんなで情報交換してみませんか？

### 《 “MaMa ほっけ” っ て な～んだ？ 》

子育てサークルの出身の母親を中心に、自分たちの経験を活かして、子育てサークル活動のおもしろさや、子育て仲間のすばらしさを伝えていこう！というボランティアグループです。

### 《 活動内容の紹介 》

- ① **通信の発行**（年に4回、子育てサークルについての情報を発信します。）
- ② MaMa ほっけの **あそびネタサロン & 出張あそびネタサロン**
- ③ **おもちゃなどの貸出**（サークル活動がより楽しくなるように願って、貸出を行います。）
- ④ 安佐南区区内子育て支援機関と一緒に、**子育てサークル交流会の開催**
- ⑤ その他…サークル訪問や、ボランティアまつりへの参加、あさみなみ子育てしやすいまちづくり委員会への参加など、できることを楽しく ゆっくり！じっくり！活動しています。

♥ サークル活動で困ったことがあったら、遠慮なくいつでも！お気軽に声をかけてくださいね。 ♥