



葉山っ子すくすくパラダイス



子育て情報
&
活動レポ

Scoo スクウ

VOL.6
February
2019

ファミリー・ クラシックコンサート

「赤ちゃんと一緒にクラシックコンサートにいきたいな」
音楽にふれたり、リフレッシュしたり、家族で過ごす時間をお届けしようと
子育て支援団体の私たちが企画した本格的なクラシックコンサートです。
地域の皆様から応援をいただきながら開催し、今年で9年目になりました。
皆様に感謝の思いでいっぱいです。

私たちが心がけていることは…
0歳児と1歳児は無料で。

子どもたちが楽しめるように、みんなが知っている曲を。
大人たちも楽しめるように、プロの演奏者によるオペラや楽器の演奏を。
親子が楽しめるように、一緒に楽器に触れたり歌ったりする時間を。
もちろん、保育スタッフが見守っていますから、なにかあっても安心です。

演目…オペラ「北風と太陽」他

出演…おとのたね♪

日時…6月8日(土) 2回公演

①11:00開演(10:30開場)

②14:00開演(13:30開場)

場所…逗子文化プラザホール さざなみホール

料金…全席自由

前売券…大人1,000円/子ども500円

当日券…大人1,100円/子ども600円

チケット取扱い…2019年4月下旬から発売予定

■逗子文化プラザホール チケットカウンター

046-870-6622 (9時~20時)

■すくパラHP 参加申し込みフォーム

<http://hayama-sukupara.com/>

■すくパラ主催の各種イベントにて





大切な命を守り育むお母さん。ほっこりするえんがわでからだと心を、ホッとゆるめませんか？

大切な命を守り育むお母さん。ほっこりするえんがわでからだと心を、ホッとゆるめませんか？

もっと元氣にもっと笑顔ですごしてほしい…。そのお手伝いをさせてくださいね。

"mz"

11

20分2000円 30分3000円 (ひろば利用料、お茶、託児料込み)



子育てカフェえんがわスケジュール

古民家カフェにて毎週(月)に開催している子育てひろばです。(engawa cafe 一色1664-1)

おもちゃとスタッフがいる子育てひろばと、ママ向けのいろいろなワークショップも…。

お弁当販売のほか、コーヒーと紅茶など用意しています。もちろん、持ち込みも大丈夫。

ママ友のおしゃべりや打ち合わせに。企画の持ち込みも大歓迎♪ ママが主役のひろばです。

お申込みなど詳細は、HPやfacebookでご確認ください。10:00からお待ちしています。

ひろば利用料500円(飲物・保険料込)のほかに、参加費がかかるものもあります。

※3月18日、4月1日・8日・15日・29日、5月6日・20日、6月17日はお休みになります。

イベント名	日時	内容	参加費など
教育資金 も安心 家計 ダイエット 講座	3/4(月) 6/3(月) 10:30～	FPが教える賢い家計見直しと教育資金準備のポイント。お金の悩みや不安、疑問…ママ友には話せない大事なことから、気になっていることを堅苦しくなく聞いてみませんか？自分で計算する体験型セミナーです。	予約優先 定員：8名 参加費：無料
氣功整体	3/11(月) 4/22(月) 5/13(月) 6/24(月) 10:00～	からだもココロも元気に。 あたたかい手でほぐす氣功整体 20分、30分のコースで ママもほっと一息しましょう	予約優先 20分 2,000円 30分 3,000円 (ひろば利用料込)
それぞれ ハナマル 座談会	3/4(月) 4/22(月) 5/27(月) 6/24(月) 10:00～	発達凸凹のお子さんのママの座談会 あれ？困ったな。周りと違う？どうしたらいい？ 先輩ママや同じ思いのママ達と話してみませんか？	予約不要 参加費：無料
トリスルP 連続講座	3/25(月) 10:00～	前向き子育てプログラム グループワーク セッション⑨	受講者のみ
アロマ トリート メント	3/4(月) 5/27(月) 10:00～	妊産婦ケアの経験豊富なセラピストによる アロマトリートメント 30分 40分コースあり	要予約 30分 3,000円 40分 4,000円 (ひろば利用料込)
手作り おもちゃ WS	5/13(月) 10:30～	親子で作るでんでん太鼓 赤ちゃんが泣き止むでんでん太鼓 大人が聞いても気持ちが和らぎ落ち着きます	予約不要 参加費：1,000円 (ひろば利用料込)
キンパ巻き 作り	6/10(月) 11:00～	韓国のお蕎麦巻き「キンパ」作ってみたい人… 集まれ！難しいと思われがちなお蕎麦巻きですが、 コツをつかめばとても簡単！	要予約 参加費：2,000円 (ひろば利用料込)
フラワー レッスン	6/24(月) 10:00～ 12:00	季節の花レッスン。アナベルのリースを作ろう！ アジサイの一種「アナベル」で夏向きのリースを 作りましょう！	要予約 / 定員：6名 参加費：5,000円 (ひろば利用料込・ 材料費)

※イベント内容は変更になる場合があります



測る、混ぜる、こねるって楽しい♪作る喜び、食べる喜びを一緒に味わおう！

親子で作る簡単☆レシピ (by 管理栄養士takae)

スナップエンドウごはんのおにぎり



材料 (大人2人、子ども2人分)

- スナップエンドウ…20さや
- オリーブ油…少々
- 米…2合
- 酒…40cc
- 塩…小さじ1/2
- 昆布…5センチくらい
- 水…280cc

※長時間保温しておくとしなぷエンドウの色がくすんでしまうので注意。

炒り卵を入れて彩りを加えても♪

作り方

- ①米を研ぎ、昆布、塩、酒、水を分量通りに入れて1時間浸し、炊飯する。
- ②スナップエンドウを水洗いして筋をとり、豆とさやに分ける(2歳くらいのお子さんでもお手伝いできますよ♪)さやは細かく刻む。熱したフライパンにオリーブオイルを入れ、サッと炒める。
- ③ご飯が炊き上がったら②をさっくりと混ぜなじませる。おにぎりにして完成！

春から初夏が旬のスナップエンドウはビタミンCやβカロテン、食物繊維が豊富で、風邪予防や美肌効果、便秘予防にも役立ちます。ただし、含まれているビタミンには熱に弱いものもあるので、茹ですぎ、加熱しすぎに注意が必要。短時間で茹でてシャキシャキの食感も楽しみましょう。

食感がスナックのようなのでスナックエンドウとも言われます。

子育てカフェえんがわ

毎週月曜日 10:00~15:00 (祝日は休み)

ひろば利用料: 500円 (保険料・託児・飲物込)

なんでも相談: 子どものこと、自分のこと、ちょっと誰かに聞いてほしいこと。グチをこぼしてもOK。いつでもどうぞ。

お気軽にスタッフに声をかけてください。

一時預かり: 「ここサボ」です! すくパラ

スタッフと一緒に過ごします。

1時間800円。ネットで簡単予約。



<https://hayama-sukupara.com/koko-support>

engawa

Access Map



葉山っ子α<α<子育てメール配信中!!

sukupara-fjoin@5-55.jp へ空メールでメルマガ登録すると、楽しいイベント情報を毎月お届けします。活動の様子や最新情報はfacebookやHPをチェックしてくださいね♪

メルマガ



WEBサイト



facebook

