

日	月	火	水	木	金	土
児童館お休み	日付に○が付いている日は午前中に1階遊戯室で遊ぶことができます					1 清掃の日 掃除が終わり次第(11時頃から)の開場になります。
	3 祝日	4 手遊び	5 おもちゃ病院 10:00~13:00 受付は正午まで 1件100円	6 おはなし会	7	8 おとうさん いっしょ
	10 誕生日会 会食&相談会	11 思春期相談	12 子育て相談	13	14 ぱおぱお 焼き芋	15
	17 リズム遊び	18	19	20 出張ひろば	21 ぱおぱお ミニ講座	22
	24 振替休日	25	26 はじめての ぱおぱお	27	28	29 休館日 (館内整理日)

おたのしみタイム 午前11時~11時20分

- 4日(火) 手遊び 協力: チームあいあい
- 6日(木) おはなし会 協力: くりの実文庫
- 10日(月) 11月の誕生日会
誕生日のお子さんは写真を撮りますので、
早めにきて下さいね!

* 誕生日会のあとは会食及び幼児食に関する相談会

「小松菜のお好み焼き」

講師の手作りです。

材料や作り方は裏面に♪

募集: 12組(当日先着順)

時間: 午前11時30分頃から正午まで

参加費: 50円

講師: 伊関葉子さん(管理栄養士)

- 20日(木) 出張ひろば 正午まで

簡単な工作や紙芝居などであそびましょう。

梶野公園(原っぱ広場のこかげエリア)に集合

汚れても良い服装で! ※雨天中止

おとうさんもいっしょ



- 8日(土) 午前10時30分~11時30分
おとうさんも一緒に楽しめるイベントです。
お母さんだけの参加也大歓迎です!



←このマークがついている行事は申込みが必要です。
申込み: 10月20日(月)~30日(木)
(電話可・ホームページ可・多数抽選)
発表: 11月4日(火)午後1時

★ ぱおぱお焼き芋

- 14日(金) 午前11時~11時30分 裏庭 *雨天中止
たき火を囲んで、焼き芋を楽しみましょう。
募集: 各回12組
費用: 250円

★ リズム遊び

- 17日(月) 午前10時30分~正午
とことこクラス 午前10時30分~(40分程度)
よちよちクラス 午前11時15分~(30分程度)
募集: 各回12組
講師: 若尾裕子さん(リトミック講師)

★ ぱおぱおミニ講座

- 21日(金) 午前10時~11時30分
テーマは「親子ふれあい体操☆」
よちよちクラス 午前10時00分~(30分程度)
とことこクラス 午前10時40分~(50分程度)
募集: 各回10組
持ち物: 飲み物、タオル、動きやすい服装で!
講師: 樋口順也さん(児童指導員)

はじめてのぱおぱお

- 26日(水) 午前10時~10時30分
子育てひろばを初めて利用する親子を対象に
館内や利用方法をゆっくりご案内します。

ぱおぱお開場時間 月~土 午前9時30分~午後4時 ★授乳の際は、ひろば内の授乳スペースまたは中高生室をご利用ください。

★11月の休館日 毎週日曜日、3日(月・祝日)、24日(月・振替休日)、29日(土・館内整理日)

★第1土曜日は清掃の日 午前11時頃からの開場です。

2025年

11月

専門相談



11日(火)思春期相談 午前10時～午後1時 臨床心理士



12日(水)子育て相談 午前10時～午後1時 臨床心理士

※事前予約、電話可

- ◎児童館行事については、日程や内容の一部変更または中止となる場合がございます。
最新情報については、市のホームページを更新していきますので、ご確認ください。
◎体調がすぐれない場合、または通われている保育園・幼稚園が学級閉鎖等で
登園できない場合は来館を控えていただくようお願いいたします。

会食メニュー 『小松菜のお好み焼き』

材料 (幼児6人分 もしくは 大人4人分)

小松菜・・・1/3束
にんじん・・・50㌘
豚ひき肉・・・50㌘
卵・・・・・・・・1個

小麦粉・・・・・・・・70㌘
パン粉・・・・・・・・大さじ3
かつお節・・・1パック
塩・・・・・・・・小さじ1/2
水・・・・・・・・3/4カップ
サラダ油・・・少々

作り方

(下ごしらえ)

小松菜とにんじんはみじん切りにする。

- ①サラダ油以外の全ての材料をボウルで混ぜ合わせる。
- ②フライパンやホットプレートにサラダ油をしいて、生地を6等分に丸く落とす。
ふたをして弱火で両面を焼く。



ひとこと
メモ

野菜がたっぷりに入ったお好み焼きです。
ひき肉とかつお節のうま味で、葉物野菜がずいぶん食べやすくなります。
小松菜は栄養価の高い緑黄色野菜で、カルシウムが牛乳並みです。また、
ビタミンCは風邪予防に効果があります。
生地の塩の量を減らして、表面にソースを塗って食べてもよいでしょう。

メニュー監修 雀部かおりさん(元保育園栄養士)、伊関葉子さん(管理栄養士)

このたよりは東児童館のホームページでご覧になれます



東児童館のホームページ



小金井市のホームページ