



みらいっこ通信 5月号



晴れ渡った空に、新緑の木々。すがすがしさを感じる季節になりました。子育て支援室では、半袖の子や、動き回って汗ばんでいる子どもも多く見られるようになり、季節の移り変わりを感じる今日この頃です。

さて、5月も子育て支援室では、おやこでたのしく参加できるようなイベントを開催予定です！イベントの無い日には、室内でゆったりと過ごしながら、お話しするのもよいですね♪裏面のイベントカレンダーをご確認の上、お越しください。お待ちしております。

☆今月のおすすめ子育て支援室☆

出張子育て支援室フラワー

令和7年4月より、子育て支援室フラワーが谷和原第2保育所から保健福祉センターへお引っ越ししました♪
絵本やブロック遊びを楽しんだり、ボールプールや滑り台で遊んだり♪落ち着いた雰囲気の中、子どもと一緒に遊びながらママやパパ同士、スタッフとお話しをしながら過ごせます。
毎週月曜日の開室となります。よかったらぜひ遊びにきてくださいね☆お待ちしております。



室内の様子 落ち着いた雰囲気が魅力です☆



絵本もあるよ♪
お気に入りの一冊はみつかるかな？



「おもちゃ病院」月に1度、壊れたおもちゃをなおしに来てくれます♪



Instagram
フォローしてね♪

@TSUKUBAMIRAI.FLOWER



夏の収穫を楽しみに、子どもと一緒に
野菜を育ててみませんか？



こんにちは。おやこまるまるサポートセンターの管理栄養士です。気温がぐんぐん上がり、日照量が増える季節です。夏の収穫を楽しみに、野菜栽培にチャレンジしてみませんか？今回は、プランターでもできる夏野菜作りについて、紹介します。

家庭菜園の魅力

野菜を育てる中で、思いやりの心を育み、自然への理解を深めたり、野菜を育てる楽しさを感じることができま。飛んでくる虫たちも、子どもには魅力です。

普段は苦手な野菜も、自分で育てることでおいしく食べることもありますよ。

5月から家庭菜園で育てられる野菜

例 ミニトマト、ピーマン、ししとう、なす、しそ など



他にも、どんな野菜が育てられそうか、ホームセンターの中を、回って見てみましょう。
種から育てるより、苗からのほうがより手軽に収穫が楽しめます。上記の野菜はプランター栽培もできます。

季節のレシピ ラタトゥイユ (離乳食後期頃から)

- 【材料 1人分】
- なす 10g
 - ミニトマト 1個
 - ピーマン 5g
 - 玉ねぎ 10g
 - ツナ水煮 大さじ1(20g)
 - 水 50ml
 - オリーブオイル 少々
 - コンソメ 少々

様々な初夏の
野菜がとれます♪



作り方
①なす、ミニトマトは皮をのぞき8mm角、ピーマン、たまねぎはみじん切りにする。
②小鍋にオリーブオイルを入れ、ツナと①を炒める。
③②に水、コンソメをひとつまみ入れて、野菜がやわらかくなるまで約5分煮る。汁気がほぼなくなれば、できあがり。



日当たりが程よく、
風通しの良い場所で
育てましょう。

レシピはクックパッド
つくばみらい市公式
キッチンにも掲載しています



子育て支援室名		利用曜日	利用日時	所在地	電話番号
常設型	子育て支援室BLOOM	月～金	午前9:30～午後4:00	陽光台3-9-1	0297-44-8015
	子育て支援室おひさま	火～日	午前9:00～午後6:00	紫峰ヶ丘4-4-1	0297-57-0502
	小絹児童館内子育て支援室	火～日	午前9:00～午後6:00	絹の台3-1-4	0297-25-2151
	きらくやま子育て支援室こどもひろば	火～土	午前10:00～12:30 午後1:30～4:00	神生530	0297-57-0205
	富士見ヶ丘認定こども園のびのび広場	月～金	午前10:00～午後4:00	富士見ヶ丘4-14-6	080-9291-0372
	認定こども園ルンビニー学園るんるんみらい	月～金	午前10:00～午後3:00	陽光台2-35-1	0297-58-8035
	ルンビニーみらい保育園るんるんみらい2	月～金	午前10:00～午後3:00	陽光台2-29-1	0297-21-4750
	ひなた保育園やわら子育て支援室ぽかぽか	火・水・木	午前9:00～12:00 午後1:00～3:00	筒戸3561-1	0297-21-5582
	ひなたのもり認定こども園cocokara	月～金	午前9:00～午後3:00	板橋3023-27	0297-21-3737
出張型	出張子育て支援室ぱんだ谷井田コミセン	火	午前10:00～午後3:00	谷井田1960	問い合わせは おひさまへ 0297-57-0502
	出張子育て支援室ぱんだ板橋コミセン	金	午前10:00～午後3:00	板橋2675-1	
	出張子育て支援室フラワー	月	午前9:30～12:00 午後1:00～4:00	古川1015-1	問い合わせはBLOOMへ 0297-44-8015

子育て支援アプリ
『つくばみらい市
まるっと！
子育て応援ナビ』

便利な機能が盛り沢山♪
未登録の方はご登録下さい！

- <こんなことができる>
- 成長記録
 - 予防接種A1スケジュール
 - プッシュ通知(子育てイベントや乳幼児健診など、タイムリーに情報が届く)
 - 地域の子育て情報閲覧など

アプリ登録
はこちら↓



おひさま



OHISAMA.TM

るんるんみらい2



@RUNRUNMIRAI_2

るんるんみらい



TSUKUBAMIRAI.RUNRUN

のびのび広場 (富士見ヶ丘認定こども園)



『巡回育児相談』時間10:00～11:30

毎月、専門職の話が聞けますよ♪子どもの成長発達の悩みを、この機会に聞いてみましょう！

- 15日(木)のびのび広場「発達の不安・かわり方」(臨床心理士)
- 20日(火)きらくやま子育て支援室こどもひろば(歯科衛生士・管理栄養士)
- 21日(水)るんるんみらい(作業療法士)
- 29日(木)小絹児童館(理学療法士)

BLOOM



TSUKUBAMIRAI.BLOOM

フラワー



@TSUKUBAMIRAI.FLOWER

ぽかぽか



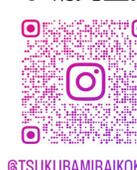
TSUKUBAMIRAI.POKAPOKA

cocokara



@TSUKUBAMIRAI.COCOKARA

小絹児童館



@TSUKUBAMIRAIKOKINU

こどもひろば



KIRAKUYAMA.KODOMOHIROBA

※子どもが安心して楽しめるように、ママやパパは「見て♪」と言われた時に気付ける距離で見守りましょう。

