




日	月	火	水	木	金	土
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 おもちゃ病院 10:00~13:00 受付は正午まで 1件100円	2 おはなし会	3	4 掃除が終わり次第 (11:00頃からの開場になります) 清掃の日
児童館お休み	6 誕生日会	7 手遊び ♡思春期相談	8	9	10	11 おとうさん いっしょ 
	13 祝日	14	15 ★離乳食講座	16	17	18
	20 工作	21 りさいくる	22 😊子育て相談	23	24	25
	27 ★リズム遊び	28	29	30	31 休館日 (館内整理日)	

おたのしみタイム 午前11時~11時20分

- 2日(木) おはなし会 協力: くりの実文庫
- 6日(月) 10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
「かぼちゃのスープ」
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: 70円
講師: 伊関葉子さん(管理栄養士)
- 7日(火) 手遊び 協力: チームあいあい
- 20日(月) 工作 協力: レインボー
簡単な工作の紹介です。

おとうさんもいっしょ

- 11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も大歓迎です!



とことこ歩ける
ようになったら☆

おすわりできる
ようになったら☆

★ 離乳食講座

- 15日(水) 午前10時~正午
「けんちん汁」からの取り分け
募集: 8組(離乳食初期から完了期)
材料費: 100円
保育: あり
講師: 伊関葉子さん(管理栄養士)



りさいくる

親子できてね
妊婦さんも大歓迎♪

- 21日(火) 午前10時30分~11時30分
乳幼児に関する不用品のりさいくる
*持ち込み受付期間: 10月14日(火)~20日(月)
当日持ち込みは受け付けません。
*1階遊戯室で実施

★ リズム遊び

- 27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)



←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: 9月20日(土)~29日(月)
(電話可・ホームページ可・多数抽選)
発表: 10月2日(木)午後1時

2025年

10月

専門相談

♡ 7日(火) 思春期相談 午前10時～午後1時 臨床心理士

😊 22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 『かぼちゃスープ』

材料 (幼児6人分 もしくは 大人4人分)

かぼちゃ・・・300g [㊤]	サラダ油・・・少々
玉ねぎ・・・100g [㊤] (1/2個)	水・・・2カップ
	豆乳・・・1カップ
食パン(8枚切り)・・・1枚	固形スープの素・・・1個
	塩・・・少々

作り方

(下ごしらえ)

かぼちゃは種を取り、4cm幅に切って皮をむき薄く切る。
玉ねぎは薄切りにする。



☆子育てひろば「ばおばお」では食育の一環として、季節感のある会食のメニューを提供しています。

- ①鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎとかぼちゃを加え、色づかないように2～3分炒める。
- ②①に水と固形スープの素を加え、柔らかくなるまで弱火で20分煮る。
- ③あら熱を取ってからミキサーにかけて鍋に戻し、豆乳を加えて熱し、塩で調味する。
- ④食パンを星型に抜き、オーブントースターで焼いてスープに添える。

10月はハロウィン。

親子で一緒に楽しめるかぼちゃスープはいかがでしょう？
今回は型で抜いたパンを浮かせてみました。かわいらしい演出です。
豆乳のかわりに牛乳を使ってもよいでしょう。
かぼちゃは緑黄色野菜の中でもトップクラスの栄養価です。
使い切れないときは軽くゆでて、つぶして冷凍しておきます。
サラダやコロケなど手軽にかぼちゃ料理が作れますね。



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