

おやこ広場だより

ポンツリーカフェでは8月3日～5日の3日間『夏祭り』を開催。やきそばセットにドリンクなど屋台風のメニューを提供しました。

カフェで作った花笠を持っておやこ広場に遊びに来てくれたので、「花笠音頭」の曲を流して踊りました。踊りが得意なスタッフも参加してにぎやかに！花笠の振り付けを知らなくても、花笠を手にはリズムをとって、楽しいお祭りの雰囲気を味わいました。



ある日の広場では、パパが井型ブロックでかっこいい乗り物を作ってくれました。遊びに来ていた子たちの注目の的になっていましたよ！

カフェより

8月のカフェ夏祭りにはかわいい基平姿がたくさん！！皆さんご参加ありがとうございました。ミニ花笠も喜んでいただけましたか？

夏は収穫まっさかり、スタッフの家庭菜園でとれた野菜、大きなスイカなど…うれしい差し入れがたくさんありました。それらは毎日のメニューで皆さんにおすそわけ。「おいしいね！」と大好評でした♪



【9月のポンツリーカフェは…】敬老の日にちなんで、お抹茶セット準備します。じいじ・ばあばと一緒にのランチはいかがですか？ランチご利用の方にはデザート券をプレゼント！おたのしみにね☆



●営業時間（ランチタイム）／11：00～14：00
●定休日／木曜、日曜・祝日、毎月最終火曜日
※現在おやこ広場内・飲食スペース側はお休み中です。
店舗側（N-GATE 西側入口）よりお入りください。

託児ルームだより

ある日の託児ルーム、ちいさいお友だちが一緒になりました。いっぱい遊んだ後のお弁当前のひととき、絵本を楽しみました。

大好きな『だるまさん』、言葉の調子に合わせて体をゆらしたり、身を乗り出したり、それぞれに楽しむ様子にスタッフも思わずほっこりしちやいました。笑顔いっぱい楽しい時間でしたよ。



10月の予定

※状況により日程・内容が変更になる場合があります

4(日) 助産師さんとママ/パパ教室
5(月) Word短期集中講座①
6(火) Word短期集中講座②／おしごと相談
7(水) 助産師の日／赤ちゃんと一緒に6期②
10(土) 発達相談の日
11(日) 日本情報処理検定協会検定日
12(月) Word短期集中講座③
13(火) Word短期集中講座④
14(水) 廣谷さんとお話しましょ！
赤ちゃんと一緒に6期③
16(金)・17(土) すくすくキリンの日
17(土) 母乳育児なんでも相談
21(水) 赤ちゃんと一緒に6期④
26(月) ベビーマツサージ
27(火) 館内整理日のためお休み
28(水) 栄養士相談／赤ちゃんと一緒に7期①

月刊あ〜べ通信

あべあべ！あ〜べ！

2020年
9月号

あ〜べのイベントが一目でわかるカレンダーやイベント情報・講座や相談のほかにも、子育てに役立つ情報を毎月お届け！

月	火	水	木	金	土	日
8/31	9/1 おしごと相談	2 廣谷さんとお話しましょ！ ★赤ちゃんと一緒に5期③	3 お休み	4	5	6 ★助産師さんとママ/パパ教室
7 ★Excel2級対策講座①	8 ★Excel2級対策講座②	9 離乳食みんなどうしてる？ ★赤ちゃんと一緒に5期④	10 お休み	11 助産師の日	12	13 保育士資格取得準備サークル
14	15	16 ★発達相談の日	17 お休み	18 保健師相談	19 母乳育児なんでも相談 ★シンシンの会	20
21 敬老の日	22 秋分の日	23	24 お休み	25	26 保育士資格取得準備サークル	27 ★マーチの会
28	29 お休み (館内整理日)	30 ★赤ちゃんと一緒に6期①	10/1 お休み	2	3	4

…マタニティday（10：00～12：00）

…身長・体重が測れます（10：00～11：30）

【9月生まれ・令和2年3月生まれのお友だちへ】
受付で子育てパスポートをご提示ください。お祝いをします！

★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要

※状況により、予定が変更になる場合があります

毎月最終火曜日は館内整理日のためお休みです

トピックス

9月の利用制限について

おやこ広場は入れ替え制でご利用できます

①9：30～12：30 ②13：00～16：30

利用人数の制限については身体的距離の確保を考慮し、必要に応じて行ないます。

【ご利用の方へのお願い】

- 体温が37.5℃以上の方、咳・鼻水などの風邪症状がある方は利用できません。
- 来館時、健康チェック表をご記入ください。
- 大人はマスクの着用をお願いします。
- おやこ広場内飲食スペースでのお食事はご遠慮ください。
- 遊んだおもちゃはおかたづけボックスまたはスタッフまでお戻しください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のための当面の措置となります。安全に遊んでいただくために、ご理解とご協力をお願いします。



登録している就学前のお子さんの誕生月に

全国共通

子育て応援パスポート

を受付でご提示いただくと、保護者の方に「ありがとう&おめでとう」のプレゼントを差し上げます。

LINE公式アカウント

あ〜べの情報をスマホにお知らせ！
友だち登録してくださいね♪

①QRコードを読み取り、友だち追加してください。
②LINEアプリ内の「その他」>「友だち追加」>「ID検索」からID
f@btt8215aを入力



N-GATE駐車場 ご利用について

あ〜べ
ご利用の方
駐車1時間
無料券発行

託児ルーム
ご利用の方
送迎時間分
補助券発行

※詳しくはあ〜べ受付まで（駐車券をお持ちください）

あ〜べ 子育てランドあ〜べ

TEL 023-615-1930 休館日：木曜日、毎月最終火曜日、年末年始
開館時間 9：00～17：00 場 所：山形市七日町1-1-1 N-GATE 1F
託児ルーム 9：00～16：30(要予約) PC・スマホサイトhttp://ikuji-land.jp/

乳幼児とその保護者のための交流や子育て支援の施設です。
親子で遊べるおやこ広場や、目的を問わずお子さまをお預かりする託児ルームがあります。また、育児に関する相談や、ママ達のための各種講座も実施しています。

山形の秋といえば…

芋煮！

お盆のあたりからスーパーには特設コーナー、ズラリと揃う貸し出しセット、コンビニの店先には薪が並ぶ…そう、芋煮の季節到来！とはいえコロナ禍の今年は例年どおりとはいかない！？それなら芋煮会気分をおうちで楽しんでみるのもいいですね！

【内陸風】 牛肉・醤油味



【庄内風】 豚肉・みそ味



【材 料】
(一例)
里芋(皮なしのものが売っているよ)、牛ばら肉、平こんにゃく、長ねぎ、ごぼう(さがき)、きのこ(舞茸・しめじなど)、砂糖、酒、だし醤油(山形の定番・味マルジユウならなおよし！)

【作 り 方】
(ざっくりとした)
①材料を食べやすい大きさに切る。こんにゃくは手でちぎり、長ねぎは斜め切り。②鍋に水を入れ里芋をゆで、アクを取る。(アクがいっぱい出るけど慌てない！)③こんにゃく・ごぼう・調味料を入れる(最後に味を調節するのでだいたいの量でOK)④里芋が煮えたら、牛肉・きのこを入れる⑤長ねぎを入れて全体に火が通ったら、味のチェック！調味料を足して、味が決まったら完成！

【材 料】
(一例)
里芋、豚バラ肉、平こんにゃく、長ねぎ、ごぼう、しめじ、厚揚げ、砂糖、酒、醤油、みそ
※にんじん・豆腐・白菜を入れるレシピもあるようです(お好みで！)

【作 り 方】
(ざっくりとした)
①材料を食べやすい大きさに切る。②鍋に水を入れ里芋をゆでる。③アクとりをしたら、こんにゃく・ごぼうを入れる④里芋が煮えたら豚肉・しめじ・厚揚げを入れる⑤調味料を入れて味付け(順番は酒・砂糖・醤油・みそ)⑥長ねぎを入れ、火が通ったら完成！

他県にも豚肉・みそ味の芋煮はあるけれど
庄内風は**厚揚げ**が入るのがポイント！

とこさん味おっちゃん！

チョイ足し& メのアイディア



【芋煮カレーうどん】

今や定番になった芋煮カレーうどん。うどんだけでもおいしいけど、カレールーが入ると、もっとおいしい！とろけるチーズもプラスで、さらにまろやかに！

【醤油味の芋煮なら…】

★牛肉の旨味たっぷりだから、ビーフシチューやハヤシライスのルーも合うよ！
★トマト缶やミートソースを入れて、麺はパスタに！
★なめこをたっぷり入れて！きのこ好きな方はお試しを！

【みそ味の芋煮なら…】

★隠し味にオイスターソース、仕上げにごま油をタラリ♪
★キムチや唐辛子、しょうがでホット&スパイシー！体がポカポカ、代謝アップで食べ過ぎの罪悪感を軽減できるかも？

【お子さんと楽しむ！】

★器に取り分けてから豆腐を入れると、冷めやすいよ。
★かまどにアルミホイルでくるんださつまいもを投入！焼き芋も楽しめる！
★焼きマシュマロをして、ビスケットにはさんでも！

【密かなお楽しみ…？】

★お肉を少しだけ、焼いて食べちゃう！（これは、作る人の特権かもね!?）



これって地域の特色？

味付けの 境界



各県ごとに芋煮文化が根付いている東北地方。熱い地元愛と慣れ親しんだ味覚が、対立の火種に…!?某SNS上では『#芋煮戦争』というハッシュタグもあるほど！（興味のある方は一度ネットで検索を！）

山形県内が庄内風・内陸風と味付けが分かれているように、宮城(豚肉・みそ味)と山形(牛肉・醤油味)の対決も、毎年のように語られる、もはや風物詩(?)のようになりつつあります。実は広範囲な豚肉・

みそ味のエリア(福島・宮城・庄内・さらに新潟も！)。秋田・岩手はなんと鶏肉・醤油味！それぞれの味・食文化をリスペクトして、食べくらべも楽しいですよ！（やっぱりみんなで食べるとおいしい！）



芋煮会スポット

来年はみんなでワイワイ芋煮会したい！
河原以外でも！一緒にバーベキューも！

みはらしの丘はらっぱ館 芋煮広場

山形市みはらしの丘二丁目32番地
TEL / 023-674-0510
■開館時間：8時～18時
■休館日：月曜日・年末年始
■かまど／6ヶ所
■設備／駐車場・トイレ・水道・流し場・炭捨て場

西公園芋煮広場

山形市大字門伝字落合河 3114-10
■かまど／12ヶ所
■設備／駐車場・トイレ・水道・かまど／流し場(炊事棟)・残り火入れ

鈴川公園芋煮会広場

山形市小白川地内(馬見ヶ崎川沿い・ジャパコ)
■芋煮・バーベキューサイト／16ヶ所
■設備／駐車場・トイレ・洗い場・炭捨て場

西蔵王公園バーベキュー広場

山形市大字岩波～上桜田
■バーベキューテーブル／6ヶ所
■設備／駐車場・トイレ・水道

山形も煮センター カワサキヤ

山形市防原町5-1 TEL / 023-629-2032
※詳しくは電話でお問い合わせください

お話編

離乳食

みんなどうしてる？

離乳食のこじや
子どもの食べる姿について
栄養士とお話ししてみませんか？

日時：9月9日(水)
10:30～11:30
場所：おやこ広場

※予約不要です、時間までにお越しください。

【今月の各種講座】

受講者の方へ 定員を減らして実施します。来館時の検温・手指消毒・マスク着用・距離を取っての対応・定期的な換気など、新型コロナウイルス感染予防のため、ご協力をお願いします。

★【あ～べのパソコン講座】

Word 短期集中講座

10月5日(月)・6日(火)・12日(月)・13日(火)
9:00～12:00 (全4回)

仕事をする上で押さえておきたいワードの基本操作・文章作成・エクセルとの連携などを4日間で学ぶ講座です。ワードの基礎から復習したい方や再就職準備としてワードの操作に慣れておきたい方におススメです！

- 対象：パソコンの文字入力ができる子育て中の方
- 受講料：1500円(講座初日にお支払いください)
- 定員：先着5名 ※要申込
- 託児料：お子さん1人1回 750円(事前予約が必要です。お申し込みの際にお知らせ下さい。)

★赤ちゃんと一緒～BP(ベビープログラム)～

6期：9月30日(水)・10月7日(水)・14日(水)・21日(水)

7期：10月28日(水)・11月4日(水)・11日(水)・18日(水)

13:00～15:00 (全4回)

他のお母さんたちと一緒に赤ちゃんとの生活について、話したり考えたりして子育て仲間をつくりませんか？
赤ちゃんと一緒に参加するプログラムなので安心です。

- 対象：第一子が2～5か月のお子さんとお母さん
6期：令和2年4月16日～令和2年7月30日生まれ
7期：令和2年5月14日～令和2年8月28日生まれ
- み切：6期：9月23日(水) 7期：10月21日(水) まで
- 定員：各10組(赤ちゃんと一緒に参加して下さい)※要申込
- 参加料：無料(ただし、テキスト代として1000円が必要です)

【あ～べで相談しましょ】

廣谷さんとお話ししましょ！ 9月2日(水) 13:00～14:30

保健師相談 9月18日(金) 10:00～11:30

助産師の日 9月11日(金) 10:00～12:00 ※10:00～おやこ広場で相談、11:00～★ZOOMで相談(要申込・詳細はお問い合わせください)

きがるに育児相談 平日(月・火・水・金) あ～べスタッフがおやこ広場で話を聞きます。電話での相談もOKです。

★発達相談の日 9月16日(水) 10:00～12:00

言語聴覚士による個別相談です。申し込みたい方はスタッフに声をかけてください。

★マーチの会 9月27日(日) 10:00～12:00

詳しい内容はあ～べまでお問い合わせください。

“はじめてみようかな おしごと” 相談

9月1日(火) 10:00～12:00

マザーズジョブサポート山形のコンシェルジュがおやこ広場に来ます。再就職や保育所について相談ができます(就職の斡旋ではありません)

★ママのための予約制カウンセリング 不定期開催(要申込)

ママのための個別相談です。相談したい方とカウンセラーの日程調整をします。お問い合わせください。

母乳育児なんでも相談

9月19日(土) 10:00～12:00

母乳育児を応援する会メンバーの小児科医、産婦人科医、助産師等がおやこ広場に来ます。予約は不要です。時間内にお越しください。

★シンシンの会 9月19日(土) 10:00～13:00(予定)

シングルのママが安心(シン)して集える会です。
※詳しい内容・日時はあ～べまでお問い合わせ下さい(要申込)

●申し込み受付は、開催1か月前からとなります。 ●受講料、託児料はそれぞれおつりの無いようにお持ちください。

お問い合せ・お申し込みは 子育てランドあ～べまで ☎023-615-1930 ★…参加に申込が必要 マークが無いものは申込不要