



うらららら

♪ 子育て支援だより 2022年 No.15 ♪

鬼志別保育所子育て支援センター
宗谷郡猿払村鬼志別北町131番地

担当 小泉奈央子 (こいずみ なおこ)

TEL 2-3666 FAX2-2266

回
覧



★令和4年度 子育て支援センターのスタッフを紹介します★

☆鬼志別保育所 (5名)

担当：小泉奈央子 (子育て支援センター業務係長)

向井義輝 (所長)・橋本加奈子 (副所長)・新家真理 (保育係長)・照井真幸 (フリー保育士)

☆子育てボランティア (24名)

- ・知来別：真山夕美子さん・東恵美さん・飯田弥生さん (新規)
- ・浜鬼志別：松原美香さん・秋元信枝さん
- ・芦野：高橋美恵子さん・森原詩織さん
- ・狩別：菊地博子さん
- ・猿払：蓮池洋子さん
- ・浜猿払：川谷淳子さん・近野由恵さん・前田篤子さん
永井美穂さん・吉岡尚美さん (新規)
- ・浅茅野：井上奈穂さん・新井亜由子さん
- ・鬼志別：下村明日香さん・渡辺恵美子さん・小俣孝子さん
木村縁さん・山崎光津江さん・川口真希子さん
本間久美子さん・志和まゆみさん (新規)

今年度より新たに登録していただいた方もおります。

子育てがひと段落した方や興味があるという方、随時募集しております♪いつでも保育所までご連絡下さい。

主な仕事内容は、遊びの広場のお手伝い(親子さんの様子の見守り、活動の準備や片付け、消毒等)子育て講座の託児、ブックスタート事業の絵本の読み聞かせ等です！興味のある方、随時スタッフ募集をしております！一緒にボランティアスタッフになりませんか♪



令和4年度版「子育てナビ・わくわくカレンダー」

配布いたします。どうぞ活用ください♪

この冊子は、猿払村の子育てに役立つ情報を1冊にまとめ、子育ての案内冊子となるよう持ち歩きしやすいA5サイズで作成いたしました。各保育所・子育て支援センターを利用のご家庭には、それぞれ配布いたします。また、多くの村民の皆さまにご活用いただきたく、村内の施設（役場住民課窓口・保健福祉総合センター窓口・国保病院・道の駅・図書室等）にも置いてありますので、是非ご利用いただけたらと思います。



☆詳しいお問い合わせは。。。鬼志別保育所子育て支援センター ☎2-3666

春はデトックスの季節！

冬の間は代謝機能が低下するので、春はデトックスに最適だと言われています。

「味噌汁は朝の毒消し」ということわざがあるほど、朝飲むのにピッタリです。体が温まり、一日のスタートに必要な水分や栄養素が摂取でき、腸内細菌のバランスを整え余分なものをデトックスできます。

朝は忙しいので、簡単に味噌汁が作れる「味噌玉」の人気の高まっているようです。かつお節や顆粒だしと味噌、具材を合わせ、1食分ずつ丸めてラップで包むだけで完成です。食べる時は、お湯をかけるだけでOK！お休みの日などに作ってストックすると便利ですね。冷蔵で約1週間、冷凍すると1カ月ほどは保存可能です。

味噌汁の具全国人気ランキング！

- 1位：豆腐
- 2位：わかめ
- 3位：ねぎ
- 4位：油揚げ
- 5位：大根

みなさんのお家の味噌汁人気No1は何ですか？我が家は圧倒的に豚汁が喜ばれます。。。

少しずつ雪解けが進み、春はもうすぐなのでしょう。待ち遠しいですね❀今年度もコロナの影響を受けつつも、感染症対策を行いながら支援センター事業を進めてまいりました。新年度も思うようにいかないことがあるかもしれませんが、対策を講じながら事業展開をしていきたいと思っております。多くの方が気軽に利用できる子育て支援センターを目指していきます。令和4年度もどうぞよろしくお願いいたします。



麩の味噌汁・材料
(1食分)
味噌…大さじ1
かつお節…小さじ1
乾燥わかめ…約2g
小ねぎ…1本
乾燥麩…3~4個

色々な具で作ってみませんか♪