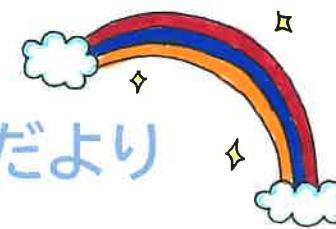




## センターだより



第94号 令和4年6月1日発行

あじさいの花が雨にぬれて、鮮やかに咲いています。爽やかな5月も駆け足で通り過ぎ、例年より早い梅雨の季節を迎えそうなこの頃。汗ばむほどの暑さが続いたかと思うと、肌寒い気候に逆戻りするなど、体調を崩しやすい時季です。室温や衣服の調節、衛生面に気をつけ、過ごしやすい環境作りをしていきましょう♪センターも、感染防止対策を行いながら開館しておりますので、みなさんのご来館お待ちしています(\*^O^\*)/

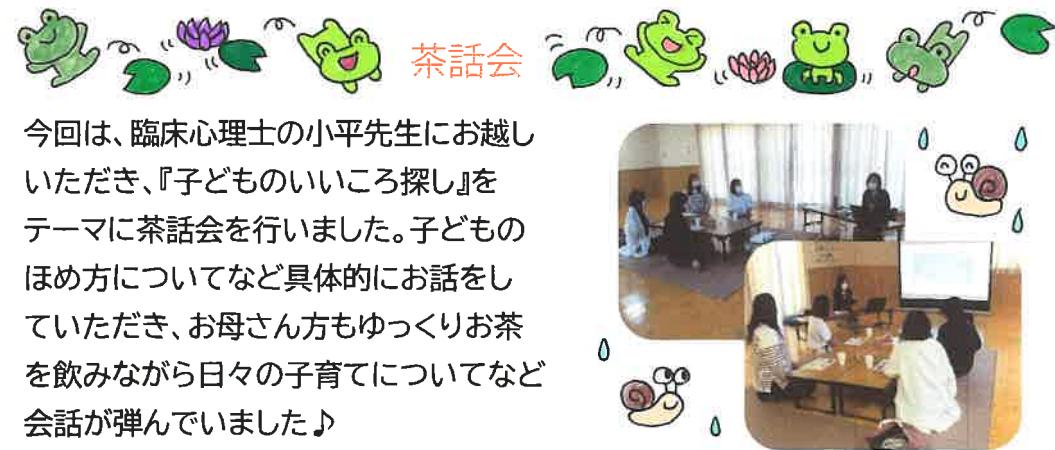


### 新刊のご案内

今回は、大人用の本の紹介です。レシピ本や離乳食の本などがあります。『ラブ・ユー・フォーエバー』という絵本は、お母さん方にぜひ読んで欲しいおすすめの絵本です♪貸出もしておりますので、ぜひ手に取って見てみてください(\*^-^\*)



- 『ラブ・ユー・フォーエバー』  
作:ロバート・マンチ 絵:梅田俊作
- 親子の愛情のきずなを静かに語つ  
て感動を呼ぶ、アメリカの超ベスト  
セラーです♪



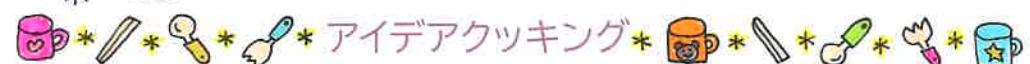
今回は、臨床心理士の小平先生にお越しいただき、『子どものいいころ探し』をテーマに茶話会を行いました。子どものほめ方についてなど具体的にお話をしていただき、お母さん方もゆっくりお茶を飲みながら日々の子育てについてなど会話が弾んでいました♪



### 親子ヨガ



約2年ぶりの開催となった親子ヨガ。今回は、5組の親子にご参加いただきました。日頃、育児に家事に奮闘しているお母さん方も、今日はゆったりとした時間の中、体を動かしリフレッシュされていました♪



今が旬の新じゃがを使った料理です♪ぜひ子どもさんと一緒に作ってみて下さいね(^^)/

### あじさいポテトサラダ

【材料】・新じゃがいも・きゅうり・にんじん・ハム・レタス・塩こしょう・マヨネーズ

#### 【作り方】

- ① 新じゃがいもはふかして粗く碎き、いちょう切りにしたにんじんをゆでて冷ましてから、いちょう切りにしたきゅうりを一緒に入れ、塩こしょう、マヨネーズで味を調える。
- ② ①をレタスの上に丸く盛り、四角く切ったハムをのせる。

