

birth
1.4



よしおか たいが
吉岡 虎我 ちゃん

元気いっぱい大きくな〜れ♡

birth
1.6



なかむら みかみ
中村 心皇 ちゃん

これからの成長も楽しみだ♡

birth
1.6



わたなべ みそら
渡邊 美空 ちゃん

みんなにたくさんの笑顔ありがとう！



HAPPY BIRTHDAY



birth
1.7



まつだ のあ
松田 乃杏 ちゃん

のびのびと
大きくなあ〜れ☆

広報発行月に満1歳を迎える市内在住のお子さんの
写真募集中！締切は広報発行月の前々月20日です。

申し込みはこちら→



birth
1.15



グング リディカ ちゃん

生まれて来てくれて
ありがとうね♡

birth
1.17



えいかわ みずき
永川 瑞稀 ちゃん

にいと仲良く
元気に育ってね♡

birth
1.18



とよます あいら
豊栴 愛蘭 ちゃん

ニコニコスマイルで
大きくな〜れ♪

birth
1.19



とくなが いおり
徳永 唯織 ちゃん

笑顔いっぱい！
元気に育ってね！

birth
1.20



もりさき あい
森崎 愛 ちゃん

みんなに愛され嬉しいね！

birth
1.22



まつうら とうり
松浦 燈利 ちゃん

笑顔いっぱいスクスク元気に育ってね

birth
1.28



もりいずみ とうあ
森崎 冬彪 ちゃん

これからも笑顔で
みんなを癒してね！



birth
1.29



ながたに そま
長谷 壮真 ちゃん

いつも癒しをありがとう!!
大好き♡

birth
1.31



はやしだ ゆい
林田 悠央 ちゃん

すくすく元気に育ってね♡

birth
1.31



まるた きい
丸田 季愛 ちゃん

毎日笑顔をありがとう♡

広報しまばら



しまばら 子育て情報

▶申し込み・問い合わせ先 子育て支援室 ☎62-4015

笑顔で子育て育児サークル

どなたでも参加できる育児サークルは、親子で楽しみながら子育てができるよう、情報交換と友だちづくりのきっかけとなる場を設けて、参加者の交流を行っています。
※新型コロナウイルス感染症予防のため、1サークル10組までの参加としています



◀イベント確認はこちら

イベント名	日時 (10時～12時)・場所	サークル名
しまばら元気湧くわく体操 & かんたん風づくり	1月4日(水) 霊丘公民館	こいこいひろば
しまばら元気湧くわく体操 & すごろく遊び	1月5日(木) 安中公民館	にこにこ kids
しまばら元気湧くわく体操 & お正月飾りをつくろう	1月10日(火) 三会農村環境改善センター	のびのび kids
作ってあそぼう (冬)	1月19日(木) 杉谷公民館	すくすくげん kids
節分グッズを作ろう	2月1日(水) 霊丘公民館	こいこいひろば
鬼退治あそび	2月2日(木) 安中公民館	にこにこ kids



すごろく遊び



かんたん風づくり (イメージ)

ファミリーサポートセンター事業

子育ての援助を受けたい人 (依頼会員) と、子育ての援助を行いたい人 (提供会員) が会員となって、子どもの預かりなど、一時的な子育てを助け合う有償ボランティア事業です。

▶援助の例

乳幼児を連れて出かけにくい時の預かりや、
保育園・認定こども園への送迎など

▶依頼会員

市内在住で生後6カ月～小6年までの子どもがいる人

▶提供会員

市内在住で18歳以上の人 (高校生を除く) でセンター
が指定する講習を受講し、子育て援助ができる人

▶利用料金

○月曜～金曜 7時～19時：1時間 700円
19時～22時：1時間 800円

○上記以外 (土日祝日など)

7時～19時：1時間 800円

19時～22時：1時間 900円

▶問い合わせ先

島原市ファミリーサポートセンター (こども課内)

☎62-8003

しまばら食育レシピ～地産地消でSDGs～

時短いぎりす



▲まるっと島原めしレシピはこちら

《作り方》

- いぎりす草は洗って絞る。
- ピーナツは細かくつぶす。
- Aは溶いておく。
- 人参、きくらげ、油揚げはせん切りにし、サバ缶はほぐしておく。
- 鍋に油を熱し、人参、きくらげ、油揚げを炒めBで調味する。
- 別の鍋に①と③を入れ、いぎりす草がかぶるくらいの水を入れて火にかけ、いぎりす草が溶けたら、⑤とほぐしたサバ缶、②を加えてさらに練る。
- ⑥を流し箱に流して冷やし固め、切り分ける。

■栄養価■ エネルギー：80kcal たんぱく質：4.6g 脂質：5.5g 食塩：0.6g

【レシピ提供：食生活改善推進員協議会】

《材料》作りやすい分量 (10人分)

- いぎりす草 ……………25g
- 人参 ……………1/2本
- きくらげ (戻し) ……………5枚
- 油揚げ ……………2枚
- サバ缶 (味噌) ……………1缶
- A { みそ ……………15g
- 水 ……………120ml
- サラダ油 ……………小さじ1
- B { 砂糖 ……………小さじ1/2
- しょうゆ ……………小さじ1
- だしの素 ……………少々
- ピーナツ ……………50g