



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 ●プレイセンター 季節行事 「オリジナルうちわで花笠を作って踊ろう」 15:30～16:00	4 大きくなったかな？ 身体測定・育児相談 11:00～12:00	5	6 ●ベにっこ マーチの会 10:30～11:30	7	8	9 市立図書館 「おはなし会」 10:30～11:00
10 おしえて！ Dr.まーしー 11:00～12:00	11	12	13 休園日	14	15	16
17	18 大きくなったかな？ 身体測定・育児相談 11:00～12:00	19 とってもやさしいストレッチ 10:45～11:00 ●ぼろろん♪	20 造形あそび 「魚のステンドグラス風飾り作り」 11:00～11:30	21	22 ●木にふれあおう 「金槌と釘を使ってストリングアートをしよう」 10:30～11:30 5才以上 15名	23
24 ●プレイセンター	25 大きくなったかな？ 身体測定・育児相談 11:00～12:00	26 ●ぼろろん♪	27 ●ベにスポ	28 ようこそ♡やよいさんの相談室へ 「ことばの発達」 11:00～12:00	29 おはなし会ムーミンママクラブ 10:30～11:00 パパとあそぼう 「ブロックで遊ぼう」 15:30～16:00	30
31 ●プレイセンター	ととってもやさしいストレッチ 14:00～14:15					

【大きくなったかな？】助産師によるミニ講話・身体測定と育児相談 【おしえて！Dr.まーしー】小児科医による育児・健康相談
 【ようこそ♡やよいさんの相談室へ】言語聴覚士によるミニ講話と育児相談 【マーチの会】言語聴覚士・保育士による発達を促す遊びの会

夏野菜のレシピ

電子レンジで簡単ラタトゥイユ



材料 2～3人分

トマト 1個(ミニトマトは6～8個)
 なす 1本
 きゅうり 1本(ズッキーニの代用として)
 玉ねぎ 1/4個
 にんにく お好みの量
 A オリーブオイル 大さじ1
 A コンソメ 5g
 A 塩・こしょう 少々
 A ケチャップ 大さじ2

作り方

- 1, 野菜はすべて2cmのさいの目切りにする。
- 2, 耐熱容器に1の野菜とAの調味料をすべて入れ、よく混ぜ合わせる。
- 3, ふんわりとラップをして、電子レンジで約5～6分(600W)加熱する。
- 4, 一度取り出して混ぜ、さらに約1～2分加熱する。野菜が柔らかくなっていれば完成。



※電子レンジ後の耐熱容器は熱くなっていますので、取扱いに注意してくださいね。

ベーコンやツナを加えると旨味がアップします。
 パスタソース、煮込み料理のベース、オムレツのソースとしてもおすすめです。

7月の様子



ほのぼーのふあーむで野菜を育てています。この日の親子あそび塾ではトマト、きゅうり、じゃがいもの収穫体験をしました。



9月イベントのお知らせ



酒井のおばちゃまの
助産師講話

「食育」

日時 9月4日(金)
 10時30分～11時30分
 場所 たもくてきルーム
 定員 事前申込 先着20組
(席数に要付にてお申込みください)

食育ってどうすればいいの？
 疑問やコトを助産師の酒井のおばちゃまから聞いてみよう！
 見守りスタッフもいるので安心してお子さんと一緒に参加してね



山形市児童遊戯施設 ベにっこひろば

〒990-0815 山形市樋越22番地

TEL：023-674-0220

一般者向けのPCアドレス：yamagata.benikko@ikuji-land.jp



Instagram



すくすくネットブログ