

のんびりんご通信

のんびりんこは妊娠中の方から就学前の親子などが交流したり、遊んだり、子育て相談、子育て情報の提供などを行う施設です。無料で利用できます。

寒い冬も楽しく過ごそう♪ 私の冬のお楽しみ！

今年は暑い日が長く続き、ようやくこの時期らしい寒さも感じられるようになりました。みなさんは冬ならではの楽しみ方はありますか？今回はのんびりんこのスタッフの冬のお楽しみをご紹介します。

発行：横浜市中区
地域子育て支援拠点
のんびりんこ

発行日
令和6年12月1日
(2024年度 第5号)

こたつでゆったりぬくぬくします！消費力が一番安い暖房家電とのこと。毎日ヘビーユーザーになれるよう効率よく家事をしくなくちゃ♪

二戸 (施設長)

お日さまでふかふかになったお布団に包まれること。ひなたぼっこも好き♡

藤井 (横浜子育てパートナー)

鍋焼きうどんです！一人ずつ小さな土鍋に煮込んで食べます！もう一つはディズニーランドのクリスマスファンタジーに行くこと。家族や友だちと1日中楽しめます！

寺本

なんと言っても焼き芋です。収穫してから熟成させた冬の焼き芋が最高に美味しい！何箱も買ってしまいます。

池田

お正月に家族でトランプ大会♡今も続いています♪真剣勝負です！

武村

ひろばスタッフ

お風呂です。家事をちょっと頑張って時間を作り、飲み物なども持ち込んで湯船にゆっくりつかります。

亀井

寒い日に熱々のおでん！はんぺんが大好きです。それからビールを飲みながらゆっくりテレビを見るのがリラックスタイム！メのうどんも忘れません！

久保田

家族でみなとみらいのイルミネーションを見に行きます。ランドマークタワーの大きなツリーが我が家のお気に入りです。

加藤

暖かい部屋でゆっくり読書です。おすすめの絵本は「めがねうさぎのクリスマスったらくりすます」

作/絵せなけいこ

宗時

今季は子どもたちとスノーボ旅行に挑戦したい！雪で遊んで、おいしいもの食べて、温泉も入りたい！

五十嵐

横浜子育てサポートシステム

毎年、箱根駅伝を3区134号線沿いで応援後、茅ヶ崎海岸で富士山や江の島を眺めるのが楽しみです！

高橋

今年の冬も家族でスノーボードを楽しむ予定です。新潟の湯沢や石打にはおいしいお店もたくさんあり、すべった後は食事もお楽しみの一つです。

岩野

家族で囲むお鍋です。最後に残ったスープにご飯と溶き卵を入れて作るおじやが1番好きです。少し冷ませば子どもも食べやすくおすすめ。

神明

お正月に家族で実家の福島方面のスキー場へ行くことです。スキーも楽しいのですが、そこで振る舞われるつきたてのおもちを毎年楽しみにしています。

松田

★絵本の貸し出し始めました！★

のんびりんこのひろばの絵本を1人1冊、2週間借りられます。おうちでもゆっくり絵本を楽しんでください。詳細はのんびりんこの受付でご確認ください。



SDGsとは...「持続可能な開発目標」のことです。地球全体で抱えるさまざまな課題解決のために私たちができることって？
まずは自分にできる身近なことから始めてみませんか？のんびりんこのスタッフが日々の生活の中で行っているちょっとした工夫や生活の知恵をご紹介します♪



元気にあいさつしよう！

あいさつもSDGsということをご存じですか？
のんびりんこの受付にはいろいろな国の言葉で「ようこそ！」の表示が貼ってあります。
Hello! 你好! ようこそ!
のんびりんこを利用される方の中には外国につながる親子さんもたくさんいらっしゃいます。毎日会うお友だちも初めましてのお友だちも久しぶりのお友だちも。のんびりんこのひろばで会ったら元気にあいさつできるといいですね。



簡単ふっくら鶏ささみ

あと1品欲しいな...という時におすすめです！お鍋に入れておくだけでふっくらな鶏のささみができますよ。

【材料】

- 鶏ささみ...3本
- 水...500ml
- 塩...小さじ1/2
- 酒...小さじ1



【作り方】

- ① ささみはペーパータオルで水気を拭いておく
- ② 鍋に水を入れて沸かし、塩と酒を入れる
- ③ ②のささみを入れ、再度沸騰したら火を止めふたをする。そのまま10分置いておく
- ④ 10分後にささみを鍋から取り出し、粗熱をとる
※ささみの大きさで放置をする時間を調整してください

出来上がったささみはオリーブオイルやごま油+醤油のソース、お子さんにはマヨネーズ+ケチャップなどをつけて食べるとおいしいです。細かく裂いて野菜とあえたり、パンにはさんで食べるのもおすすめ。ゆで汁には水を足し、コンソメの素や中華だしで味を整え、野菜や卵を加えてスープにも！

中区すくすくモバイル

登録はこちらから

中区すくすくモバイルではイベント情報や地域の遊び場、栄養士のおはなし、中区内のイベント情報などタイムリーな子育て情報が満載！毎週木曜日に定期配信をしています。



横浜市中区地域子育て支援拠点

のんびりんこ



- *住所 〒231-0013
横浜市中区住吉町1-12-1 belle 横浜 3階
- *TEL/FAX 045-663-9715
- *開館時間 9:30~15:30
- *休館日 日曜日・月曜日・年末年始
- *利用料 無料 ※初回のみ登録が必要
- *対象 未就学(主に0~3歳児)のお子様と保護者
妊婦とその家族、子育てに関わるボランティア

●横浜子育てパートナー

『横浜子育てパートナー』は子育て期のさまざまな悩み相談に乗る専任スタッフです。「こんなこと聞いてもいいのかな...」と思わずに、気軽に声をかけてください。のんびりんこの他、「親子のひろば」や地域ケアプラザの「子育てサロン」などへ出張もします。

*受付時間 火~土曜日

9:30~15:30

*TEL 045-228-8330 FAX 045-663-9715

*アクセス

- ・JR 関内駅南口 徒歩5分
- ・横浜市営地下鉄関内駅出口1 徒歩5分
- ・市営バス「港町」 徒歩2分
※駐車場・駐輪場はありません。
公共の交通機関をご利用ください。



中区地域子育て支援拠点「のんびりんこ」は公益財団法人横浜 YMCA が、横浜市中区からの委託を受けて運営しています。

のんびりんこ HP

のんびりんこ Instagram

のんびりんこ Facebook



●横浜子育てサポートシステム中区支部事務局

子どもを預けたい人(利用会員)と預かる人(提供会員)が登録し、地域での子育てをサポートするシステムです。

*受付時間 火~土曜日 9:00~17:00

*TEL/FAX 045-663-0676