

6月の編集会議にて『夏にあった“あんなこと”“こんなこと” 共有会』を開催しました！

4か月～2歳近い年齢の9組の親子から出たリアルな声とちょっとしたヒントをお届けします。

夏の暑い中でも楽しめる場所はどこ？

- ・中原平和公園はだしの広場（通称じゃぶじゃぶ池）で水遊びしています。（Hさんほか）
- ・暑くても駅から近くて便利な川崎水族館（カワスイ）、電車とバスの博物館、グランツリー武蔵小杉、二子玉川公園等（Sさん）

虫刺されの予防について

- ・虫除けと暑さ対策を兼ねて冷感のベビーカーペを活用しています。（Hさん）
- ・私の勤務する保育園では、虫除けパッチは誤飲の危険があるので使わず、市販の虫よけスプレーを使用しています。蚊対策としては、こまめに汗を拭いて、刺されていたら水で流すようにしています。（保育士さん）

出かけない日のあれこれ

- ・暑い日の買い物は離乳食を含めネットスーパーを活用しています。（Kさん）
- ・子どもの機嫌が悪い時は、ベランダや玄関先などの「ちょっとだけ外」に出るだけでも良くなるときもあります。（Iさん）
- ・時間と気持ちに余裕があるときは、「ピザの具をのせる」「卵を割る」等、料理の一部を子どもに手伝ってもらいます。自分でつくった実感からよく食べてくれます。（Hさん）

外出時の暑さ対策、どうしてる？

- ・地面に近い分、ベビーカーでは体感温度が高くなりがちです。そこで、我が家では送風機付きのクールシートを使用したところ、あせもがでず夏を乗り越えられました。また、抱っこひも派の私は肌に直接当たらないように保冷剤を入れる工夫もしています。（Iさんほか）

夏の子育て
どうしてる？



夏はとにかく暑い！涼しくなるグッズを最大限に活用して涼しく楽しめる場所に遊びに行ったり、外に行けないときには、身近なもので家での楽しみを作れたりすると良さそうですね！ご参加の皆様ありがとうございました！

秋のイベント告知

第20回 なかはら子ども未来フェスタ開催決定

11月29日（土）10時～17時（企画により前後あり）参加無料
会場 中原市民館、かわさき市民活動センター、
グランツリー武蔵小杉ほか

今年も子育て支援情報展示をメインに、子育て関係団体によるワークショップや
お楽しみ企画、クイズラリー等を実施予定！
是非遊びに来てくださいね♪



「こんだて」紹介

鶏肉のマーマレード焼き（にじいろ保育園新丸子）

- 材料 子ども4人分（幼児）*****
- | | | | |
|-----------|------|------|-----|
| 鶏肉（もも） | 160g | 酒 | 8g |
| マーマレードジャム | 20g | 油 | 10g |
| 醤油 | 10g | パセリ粉 | 1g |

●作り方*****

- ① 鶏のもも肉を1cmくらいの厚さに切る
- ② マーマレード・醤油・酒を合わせる
- ③ ②に①を入れて、15分ほど漬込む
- ④ オープンの場合
天板にクッキングシートを敷いて並べ、180℃で15分焼く
フライパンの場合
油を敷いて、皮目から焼いて皮目に焼き色がついたら
ひっくり返して少し蓋をして火を通す（焦げやすいので注意）
- ⑤ 焼きあがったらパセリ粉をふる

- ポイント*****
- ・鶏肉の代わりにとんかつ用の豚肉でもよい
 - ・食パンやロールパンに野菜とマヨネーズと一緒に挟んで食べても美味しいです
 - ・マーマレードはお肉を柔らかくする効果があります



「読んでみて」

どきどきかくれんぼ（中原図書館提供）

文／竹下文子
絵／鈴木まもる
出版社／金の星社
対象／幼児

6人のごびとたちがかくれんぼをするに。いちごの中、くまのぬいぐるみのかげ、こびとたちはいろいろなところに隠れます。鬼のあおくんはみんなを見つけられるでしょうか。カラフルなこびとたちがかわい絵本です。



編集後記

室内遊びのアイデアは試してみると大人も楽しんでたのが印象的でした。子どもは大人にない視点で楽しみを見つけで遊んでおり、遊び方は1つではないことを実感しました。我が家では、身近にある段ボールや緩衝材で遊んだり時々洗濯物をたたまず開放して自由に遊ばせてあげます。無理のない範囲で子どもの“楽しい”を見つけていきたいです。



このゆびと〜まれ！を一緒に作ってみませんか？

次回以降の編集会議は、8月21日（木）、9月18日（木）午前10時から、中原区役所別館1階幼児室で予定しています（1時間程度）。皆さんの気になることを記事にできるチャンス！ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。※念のため開催の有無を下記連絡先へ確認いただいてから、ご参加ください。



次号（第114号）は
令和7（2025）年10月発行予定です。



このゆびと〜まれ！

令和7（2025）年8月

第
113
号



なかはら子ネット通信

発行：中原区総合子どもネットワーク（なかはら子ネット）
なかはら子ネットは区内で子育てしている人達を応援する中原区総合子どもネットワークの愛称です。区内の自主グループや関係団体・機関等で組織しています。

暑い夏でも
おうちでたのしく！

おもしろ
室内あそび

1 意外と強い！かんたん風船ベッド



準備するもの

風船12～20個ほど、
空気入れ、掃除機、
バルブ式ふとん圧縮袋
（大）→ 150cm×100cm
（小）→ 90cm ×60cm
（サイズの目安です）

安全ポイント

風船を十分に膨らませる、圧縮時にしっかり空気を抜くで強度がでます。1つの風船に過度に体重をかけると割れることがあります。

大人でも座れました！
座ったり寝転んだり、
案外心地が良いものです。

2 2層に分かれる不思議なジュース

ミニボトルに水＋ちぎった花紙（2分の1程度）を入れてなじむまで振るとジュースのような色水の出来上がり！しばらく置くと色が分離する「不思議なジュース」ができます！



準備するもの

乳酸飲料等のミニボトル
ちぎった花紙、
ボンド、水、
ビニールテープ

安全ポイント

中のものを誤飲しないよう、
キャップの内側をボンドで接着し、
外側はビニールテープで
開かないようにとめましょう。

ほかにも 楽しいアイデア がたくさん！

風船ラリー

風船をうちわでポンポン／天井から糸で吊るしてトントンラリー！

氷のバスボール

キャラクターフィギュア等をアイスボールメーカー等に入れて凍らせる。お風呂で溶かして楽しめます！

この影は誰のもの？



ハンドクリーム等の容器の蓋の部分にキャラクター等の影の絵柄を貼り、容器の中底にカラーのキャラ写真を貼り付ける。ひねって蓋を開けてみよう！

ちぎる

ひねる

つまむ…指先を使う動きは、スプーンやお箸の練習にもつながります

安全ポイント

誤飲防止のため、使うアイテムは「トイレットペーパーの芯を通らない大きさ」でご準備ください。ボトル遊びは、キャップを固定することを忘れないようにしてください。

保育士さんから column

Q

1歳半のうちの子どもが飽きっぽい…？友達と楽しく遊べるか心配です。

A

1歳半ごろは視野が広がる時期なのでそんなに心配はいりません。実際、保育園でもみんなで1つの遊びをすることもありますが、読み聞かせ、おもちゃ遊び、ただ見守る等、子どもが選べる環境もまた大事にしています。お友達と同じ空間にいらただけでも“一緒に遊んでいる”と感じているはずですよ。

・あのイベント、気になるけど一人で行ってみるのはちょっと…
・こんな時、他のパパ・ママは、どうしているんだろう？
・等々、身近な疑問を、どんどん編集会議で声に出してください。
子ネット通信はパパ・ママたちのリアルな声を待っています！



本紙の配布や掲示に協力していただける場所を探しています。右記までご連絡ください。

中原区のシンボルマーク



連絡先：中原区役所地域ケア推進課
TEL：044-744-3304 / FAX：044-744-3196
メール：65keasui@city.kawasaki.jp