

突撃！ミミケロ調査隊！ 親子で交流できる子育てサロンに行ってきました！

当日は6組の親子が参加。子どもたちはおもちゃで遊んだり、ねんねしたり、元気いっぱいに泣いたり。それぞれのペースで過ごしていました。保護者同士のおしゃべりも自然と始まり、会場は終始和やかな雰囲気でした。初めて参加する人も多く、「少し堅苦しそうと思っていたけれど、アットホームで安心した」という声も。スタッフは参加者が一人にならないよう声を掛け、保護者同士をつないでくれる存在です。サロンは地域の民生委員・児童委員（主任児童委員）が中心になって運営しており、気軽に立ち寄れる地域の居場所として、多くの親子を迎えています。



朝に予定があると、その後も活動的に過ごせるんです

初めてで緊張したので、今回はパパと一緒に来ました

「困りごとある？」
スタッフの方が気軽に声をかけてくれて話しやすかったです。



子育てサロンの詳細については
二次元コードからご確認ください。



子育てサロンこすぎ

実施日時：毎月第3水曜日10時～11時
会場：小杉町二丁目会館別館
対象：2か月～1歳半児
申し込み：不要

参加のきっかけ

- マンションの掲示板で知った
- インターネットで見つけた
- 口コミ

インフォメーション

- ◆子育てサロンこすぎは、開催時間中は出入り自由です。今後は
 - 保健師さんの熱中症講座
 - 栄養士さんの離乳食講座
 なども開催予定！



「中学生のころにボランティアでサロンに関わりました。今は自分が親になって利用しています。」

そんな声も聞かれました。

地域の方々に見守られながら続いてきた子育てサロンは、親子が集う場所であるだけでなく、人とのつながりや温かさが受け継がれていく場所でもあります。区内にはそれぞれ特色のあるサロンがありますので、お気に入りのサロンを見つけてみてください。

こんだて 紹介



ミミもだいすき！

にんじんしりしり (アスク新丸子保育園提供)

野菜が苦手なお子さまで食べやすく、ごはんがすすむ、保育園で人気の副菜です。ほうれんそう、ピーマンなど、緑色の野菜を適量追加するのもおすすめです！



●材料 大人2人、子ども2人分*****

〈共通材料〉にんじん・・・210g(中サイズ1.5本) ごま油・・・7g(小さじ2)

〈ツナ入りにんじんしりしり〉

ツナ缶・・・1缶(70g)

Aしょうゆ・・・7g(小さじ1強)

A砂糖・・・7g(小さじ2強)

A食塩・・・少々(0.3g～0.4g)

〈鶏そぼろ入り甘みそにんじんしりしり〉

鶏ひき肉・・・60g

Bみそ・・・9g(小さじ1.5)

Bしょうゆ・・・3g(小さじ1/2)

B砂糖・・・6g(小さじ2)

●作り方*****

〈ツナ入りにんじんしりしり〉

① にんじんは皮をむいて千切りにする。

② フライパンはごま油をひき、にんじんを入れてしんなりするまで炒める。

③ ツナ缶(汁ごと)と、Aの調味料を加える。

④ にんじんが柔らかくなって、全体に味がなじむまで炒めたら完成！

〈鶏そぼろ入り甘みそにんじんしりしり〉

① にんじんは皮をむいて千切りにする。

② フライパンにごま油をひき、鶏ひき肉を炒める。

③ にんじんを加えてしんなりするまで炒めたら、Bの調味料を加える。

④ にんじんが柔らかくなって、全体に味がなじむまで炒めたら完成！

★必要に応じて水を少し加えながら炒めるとしっとり仕上がります。

市では、レシピ投稿検索サイト「クックパッド」に「川崎市のキッチン」を開設し、健康に配慮したレシピや保育所、小学校のレシピ、地元食材を使った地産地消レシピ、備蓄品を使用した食品ロス削減レシピなどを紹介しています。ぜひ活用ください。



川崎市 クックパッド

読んでみて



でておいで (中原図書館提供)



作／スズキトモコ
出版社／世界文化ワンダーグループ
対象／幼児

「かわいいあかちゃん、でておいで」と声をかけると、クマやフクロウ、リス、ニワトリ…。いろいろな動物の赤ちゃんがでてきます。親子で一緒にページをめくりながら楽しめる絵本です。

編集後記

入園準備を前に、「これで大丈夫かな」と不安になる方も多い季節。私たちも、迷いや心配を抱えるご家庭に何を届けられるか考えながら、この号を作りました。小さな気づきや安心につながる情報が、親子の新しい一歩のお守りになりますように。(S記)

このゆびと〜まれ！を一緒に作ってみませんか？

「こんな情報が知りたい」「こんなことで困ってる」そんなおしゃべりをしながらみんなで『このゆびと〜まれ！』を作っています。ほかの保護者や保育士などと交流したり、地域の子育て情報も知ることができます。見学だけでも大歓迎！

【日時】8月20日(木)、9月17日(木) 10時～(約1時間)

【場所】中原区役所別館1階幼児室

【問合せ】地域ケア推進課 044-744-3304

●あなたの声が、次号の特集づくりのヒントになります。
「こんな情報が知りたい」をぜひ教えてください。
(1～2分で回答できます)



このゆびと〜まれ！

令和8(2026)年8月

第

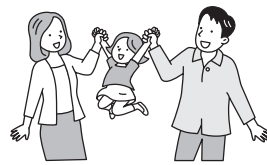
119号

なかはら子ネット通信

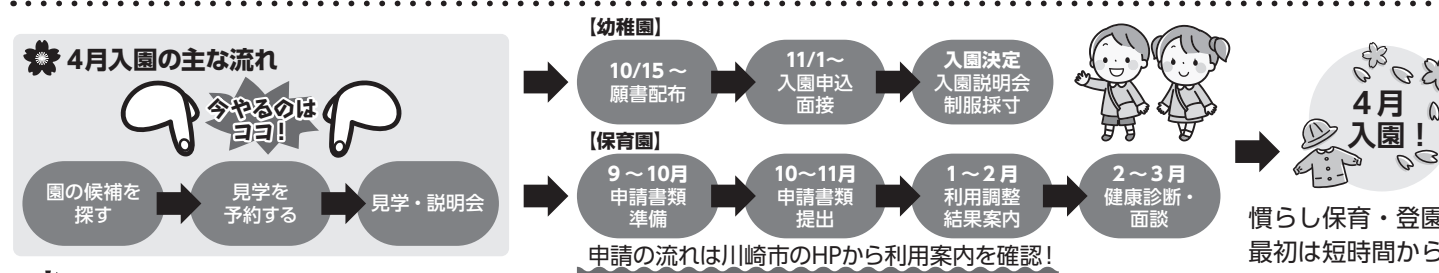
発行：中原区総合子どもネットワーク(なかはら子ネット)
なかはら子ネットは区内で子育てしている人達を応援する中原区総合子どもネットワークの愛称です。区内の自主グループや関係団体・機関等で組織しています。



今から動く！わが子に合う園を見つけよう！ 保育園・幼稚園 選びのはじめ方



見学予約はもうお済みですか？園選びは見学から始まります。気になる園があれば、今の時期から見学予約をしておくで安心です。園もイベントで忙しくなると希望日の予約が取りづらくなることもあるので、余裕をもって予定を立てるのがおすすめです。



園選びのポイント！

見学で確認

- 家庭の基準を決めよう！
通いやすさや保育時間も大切
- 子どもたちの様子
- 先生の表情や言葉遣い
- 園の雰囲気
- 安全対策や衛生面
- 保護者とのかわり方
- 通いやすさと設備
- ベビーカー・自転車置き場

見学で聞いてみたい質問

- 先生との会話が最大の情報源(例)
- どんな保育・教育を大切にしていますか？
- 子ども同士のトラブルにはどう対応していますか？
- 外遊びや行事はどれくらいありますか？
- 給食やアレルギー対応はどうなっていますか？

！

「保育園情報は見つかるけど、幼稚園情報は少ない…」という方！

- 先輩ママおすすめの情報源
- 幼稚園で行う未就園児向けイベント・園庭開放
- 地域の子育て交流の場(子育てサロンやすくすくひろばなど)
- common(コモン) 東急公式 などの地域 SNS
- 地域で長く活動する習い事の先生
- 兄弟がいる家庭はパパ・ママ友ネットワークで実際に通わせてない園にも詳しいことが！

イベントは情報収集の近道

- イベント情報はどこで入手？
園のHPやSNSのほか、すくすくひろばや地域の親子イベントでも園庭開放や未就園児向けイベントは普段の雰囲気を知るチャンス！
イベント情報は中面のカレンダーや子育てアプリなどでも確認できます。



地域の先輩保護者に聞いてみる

- 先輩保護者はどこにいる？
子育てサークルや地域イベントなどで、実際に通わせている保護者の声を聞いてみましょう。リアルな体験談は参考になります。



区内子育てサークル

！

先輩パパ・ママに聞いた！幼稚園選びで大切にしたこと

- 家から近いことが一番の決め手でした
- 園バスは要チェック！
バス停や災害時のお迎え方法も確認すると安心
- 延長保育がある園も、でも幼稚園はお昼寝がないので子どもの体力も考えよう
- 小学校で同じ園の子がいなくても、すぐ友達ができました
- 園によっては、プレ保育や願書提出のスケジュールが入園に関わることも。早めにチェックしてね！*
- 子どもだけでなく、家族みんなの生活の一部になる幼稚園。だからこそ、親が無理なく笑顔で通わせられることだって大事！

*プレ保育＝入園前の未就園児向けクラス。プレ保育に参加するとその園への入園が有利になる場合がありますが、すべての園でそうとは限りません。募集要項や説明会で確認するのがおすすめです。



とある保育園の園長先生に聞きました～園選びで大切にしてほしいこと～

ネットの口コミで評価が低くても「行ってみたらすごく温かい園だった」、逆に評判が良くても「うちの子には合わない」と感じることはよくあります。ぜひ直感を大切に、園の「空気感」を見てみてください。園は、保護者と保育士が子どもの成長を一緒に見守る場所でもあります。見学では、保育士や子どもたちの様子にも注目してみましょう。いくつかの園を見比べることで、自分たちに合う園が見えてくるかもしれません。

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
電話：044-744-3304 / FAX：044-744-3196



次号(第120号)は
令和8(2026)年10月発行予定です。



保育園レシビ

チェック！