



「はぐ」さんぼんぎ問合せ
 府中市府中町
 3丁目23番地の1
 ☎042-365-6212
 開設時間
 午前9時30分～午後4時
 (土日祝日を除く)
 ちゅうバス
 多磨町ルート
 富士見通り東バス停
 下車徒歩1分



夏本番!! 8月に入り、ひときわ厳しい日差しが照りつけています。体調管理に気をつけ、暑さ対策、感染予防をしながら元気に夏を乗り切りましょう。
 「はぐ」は室内でのんびり遊べます。是非いらしてください。お待ちしております。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
			園庭開放	園庭開放		
7	8	9	10	11	12	13
		すきっぷ 中央文化センター 10:00~11:00	園庭開放			
14	15	16	17	18	19	20
	はぐ食育講座 「こどものおやつについて」 11:00~ 14:30~		園庭開放	園庭開放		
21	22	23	24	25	26	27
ポツコーン -パパ 10:00~11:00 「はぐ」 さんぼんぎ		すきっぷ 中央文化センター 10:00~11:00	園庭開放	園庭開放		
28	29	30	31			
		はぐ講座 はぐ♡はぐ劇場 白糸台文化センター	園庭開放 はぐ講座 はぐ♡はぐ劇場 片町文化センター			

子育てひろば
『すきっぷ』

【中央文化センター】
 日時 8月9・23日
 10:00~11:00
 ☎予約 受付中

予約先
 「はぐ」さんぼんぎ
 042-365-6212
 子育ての情報交換やおし
 ゃべりを楽しみましょう。

8月の「はぐ」講座は
 2館合同で行います。
 申込み等につきまし
 ては裏面をご覧ください。
 ご参加お待ちしております。



「はぐ」さんぼんぎ (予約制)
 利用時間 午前の部 10:00~12:00
 午後の部 13:30~15:30
 「はぐ」さんぼんぎに電話でご予約ください。
 ☎042-365-6212
 利用対象 市内在住の親子
 是非、「はぐ」に遊びにきてください。
 お待ちしております。

子育て相談を受付けて
 います
 子育てで心配なこと、悩みなど、お気軽にご相談ください。保育所には栄養士や看護師もいますので、食事や健康のことなど遠慮なくお声かけください。

9月のはぐ講座の
 お知らせ
 日時 9月29日(木)
 30日(金)はぐ時間内
 場所 はぐさんぼんぎ
 内容 「はぐ」フェス2022
 ~みんなで盛り上がりよう~
 予約開始日 9月1日
 「はぐ」三本木



8月「はぐ」講座のご案内

はぐ♡はぐ劇場

日時 8月30日(火)
場所 白糸台 文化センター

日時 8月31日(水)
場所 片町 文化センター

時間 10:00~・11:00~
※各会場 1日2回公演

内容 「おおきなかぶ」他

予約先 「はぐ」ひがし
042-362-5200
予約開始 8月1日(月) 10:00~
受付時間 平日 10:00~15:00



8月「はぐ」食育講座のご案内

「こどものおやつについて」

保育所の栄養士による食育講座です。
保育所で食べているおやつや、手軽に作れるレシピなどもご紹介します。
興味のある方は是非、ご参加ください。

日時 令和4年8月15日(月)
午前の部 11:00~
午後の部 14:30~
場所 「はぐ」さんぼんぎ

要予約 受付8月1日から
予約先 「はぐ」さんぼんぎ



「ポップコーン・パパ」

お子さんとパパと「はぐ」のお部屋で一緒に遊びましょう。

日時 8月21日(日)
10:00~11:00
場所 はぐ「さんぼんぎ」
☎予約 受付中
予約先 「はぐ」さんぼんぎ



誕生月のおともだちに
誕生日カードをプレゼント
します。受付でお知らせく
ださい。



かりきゅうり

どちらも
おすすめです。

材料(4~5人分)

- ・きゅうり 2本
- ・ドレッシング (2種類紹介します。)

<味噌ドレッシング>		<南蛮風ドレッシング>	
みそ	小さじ2	しょうゆ	小さじ2
酢	小さじ2	酢	小さじ2
さとう	小さじ3	さとう	小さじ2
サラダ油	小さじ1	ごま油	小さじ1

*作り方

- ①ドレッシングの材料を混ぜ合わせる。
 - ②きゅうりを切る。
*乱切りやスティック等、お好みの切り方でどうぞ。
薄切りにするとかりかりした食感がなくなってしまいます。
 - ③ドレッシングできゅうりを合え、しばらく冷蔵庫に入れて味をなじませておく。
- ☆トマトを加えてもおいしく、彩もきれいです。

旬な話 夏野菜

夏のきゅうりはビタミンCが2倍とれるといわれています。夏野菜を食べて元気に過ごしましょう。保育所の子どもたちに人気のきゅうりのレシピをご紹介します。是非お試しください。

