

今後の開催予定

対象 就学前のお子さんと保護者
 参加費 1家族1回100円
 問合せ先 組合員活動サポートセンター
 ☎0120-299-244

つるみ店

日時 10月1日(木) 10:30~12:00
 場所 つるみ店組合員集会所
 主催 パルちゃん広場ぽっかぽかつるみ店

城東

日時 9月14日(月) 10:30~12:00
 9月28日(月) 10:30~12:00
 場所 城東組合員会館
 主催 パルちゃん広場ぽっかぽか城東

阿倍野

日時 9月29日(火) 10:00~12:00
 10月9日(金) 10:00~12:00
 場所 阿倍野組合員会館
 主催 パルちゃん広場ぽっかぽか阿倍野

寝屋川

日時 9月29日(火) 10:30~13:30
 場所 寝屋川組合員会館
 ※昼食持参可。希望者には軽食の用意ができません(有料・当日申し込み) 離乳食はご持参ください。
 主催 パルちゃん広場ぽっかぽか寝屋川

守口

日時 9月17日(木) 10:30~12:00
 場所 守口組合員集会所
 主催 パルちゃん広場ぽっかぽか守口

パルちゃん広場ぽっかぽかでは、広場運営に携わってくださるボランティアスタッフを募集しています。お問い合わせは組合員サポートセンターまで。



親子がともにほっとできる時間を持つてもらおうと「ひとり子育てからみんな子育て」をテーマに、寝屋川・阿倍野・城東・守口・つるみ店の5カ所でもパルちゃん広場ぽっかぽかを開いています。今回はつるみ店の広場におじゃましました。

パルちゃん広場ぽっかぽか 遊びにきてネ!

この日は6家族16人の親子が集まり、おもちゃで遊んだり、絵本の読み聞かせや、手遊び歌を楽しみました。

参加者からは「友だちに誘われて初めて来ました。小さい子を連れて遠出も難しいし、暑い時期で大変。ここへ来て子どもも楽しそうです」「スタッフの方もやさしいし、子どもとすべになじめて遊べました。おいしいコーヒをゆつくり飲めたのも良かったです」「親も気分転換ができて良かったです」などの声がぎけました。

合員集会所で開催しています。



2007年秋から準備し去年7月より本格的にスタートした「ぽっかぽかつるみ店」は、パルコープつるみ店の2階組合員集会所で開催しています。

4歳と2歳の子どもと
いっしょにスタッフとして
楽しく参加してい
ます

スタッフの声

たくさんの親子との出会いがうれしく子どもたちから元気ももらっています



手遊び歌で大喜び。「うたごえきょうていほんぼしがりがりやまのばんやさん」
つねさんがかいたんのは
こ「こちよらぶ」

cooking

Pa・ぱつとクッキング ⑤

材料・2人分

- きゅうり.....1本
- 人参.....1/2本
- 生姜うす切り.....3~4枚
- めんつゆ(2倍濃縮タイプ).....大4

サラダ感覚のお漬物風



一人当り
51Kcal

きゅうりと人参のめんつゆ漬

作り方

- きゅうり、人参は一口大の乱切りにする。
- 耐熱皿に人参、生姜、めんつゆを入れて軽くラップをして、電子レンジに2分間かける。
- ②のラップを外し、きゅうりを入れてひと混ぜして平らにする。ラップなしで電子レンジに2分かける。よく混ぜて冷めるまでおく。

材料・2人分

- チンゲンサイ.....2株
- 塩鮭切り身.....1切れ
- 春雨(乾燥).....30g
- 生姜のせん切り.....うす切り2~3枚分
- サラダ油.....大1/2
- 鶏ガラスープの素.....小1/2
- 酒.....大2
- 水.....1カップ
- しょうゆ.....大1
- こしょう.....少々
- ごま油.....小1

ごま油の風味が食欲をそそります



一人当り
215Kcal

チンゲンサイと鮭のスープ煮

作り方

- チンゲンサイは長さを半分になり、茎は縦2つに切る。鮭は4等分にそぎ切り。春雨は戻さずにはさみで5~6cmに切る。
- フライパンに油を入れて中火で熱し、鮭を焼き、チンゲンサイの茎、生姜を加えて炒め合わせ、④を入れて煮立ったら、蓋をして弱火にし、5分ほど煮る。
- 春雨を加えて3分ほど煮て、チンゲンサイの葉を入れて混ぜ、しんなりしたらごま油をふって出来上がり。