

# 子どもセンターニュース

NO.68 2017.11.25 発行

発行元：NPO 法人子どもセンターあさひ



子どもセンターにあつまれ～！

## TOPICS

- P.2 想像力=創造力
- P.3 大爆笑「落語会」
- P.4・5 「食」を学ぶ・集う
- P.6 寺子屋～マジシャン気分！～
- P.7 おにぎりきっちゃん

### バイオリンコンサート

12/10  
(日)



赤ちゃんから参加OK！

### クリスマス会

12/10  
(日)



ケーキ作りに挑戦！

### もちつきっちゃん

1/21  
(日)



つきたておいし～

特定非営利活動法人 (NPO 法人)

## 子どもセンターあさひ

〒535-0031 大阪市旭区高殿 6-17-10-201 TEL06-6951-0055 FAX06-6951-0056

子どもセンターあさひ けんさく

facebook : [www.facebook.com/kodomo.center](http://www.facebook.com/kodomo.center) e-mail : [asahi@kodomo-center.org](mailto:asahi@kodomo-center.org)





11/17 (金) 『落語会』  
出演：桂南天「動物園」  
桂雀喜「時うどん」

「落語クイズ」を交えた落語の解説からスタート。小話を教えてもらった子ども達が高座にあげていただき披露もさせていただきました。幼児からお年寄りまで大笑いしました！

〈参加者の感想〉  
○とてもおもしろかったです (6才)  
○どうぶつえんのらくごがおもしろかった。またみたい。ありがとうございます。(小2)

DVDやTVでは体験できない！  
○内容も、落語は聴き手の想像力が大切と教えてくれ、前半は爆笑の想像力育成トレーニング。後半、頭の準備が出来た状態で聴く落語は、子供達も心の底から笑ってました。  
DVDやTVでは体験できない、話し手と、聴き手次第で、同じ話でも、笑ったり、泣いたり、怖かったりする、すばらしい日本の話芸だと思っています。日本語の奥深さを楽しく学んでもらうために、たくさん話し手の落語を聴かせたいと思ってましたので今回は良い経験になったと思います。子供向けの「落語会」は他の伝統芸能に比べ少ないため、またやってください！最後に、桂南天さん、桂雀喜さんありがとうございました。(小6の父)

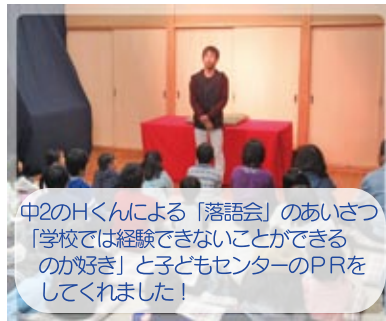


会場：子どもセンター

落語の解説 ↓

↑ 一秒落語 by 5才

桂南天さんの「動物園」 ↑



中2のHくんによる「落語会」のあいさつ「学校では経験できないことのできるのが好き」と子どもセンターのPRをしてくれました！

子どもの意欲を引き出す存在  
親子の縦の関係、ユーイング教室で学んだこの生活の中で、あらゆる場面で伝えておられる。押しつけがち速伝授してくれまじれます。丈夫な体になつてしまひました。今度の「子どもを作るのは親の責任、せんか？子どもまつり」でも、幼児と思つては親の責任、ンターには、子ども向けの「わくわく子」さらには先を見据え、

子どもの意欲を引き出す存在  
親の縦の関係、ユーイング教室で学んだこの生活の中で、あらゆる場面で伝えておられる。押しつけがち速伝授してくれまじれます。丈夫な体になつてしまひました。今度の「子どもを作るのは親の責任、せんか？子どもまつり」でも、幼児と思つては親の責任、ンターには、子ども向けの「わくわく子」さらには先を見据え、

楽しみながら実践しよう！

おまつりの二部でも心身共に健やかでありたい、人生を切り拓き成長に導いてくれる仲間が、大人にとっても必要です。大人にとっても同様。大人も楽しみながら、一緒に学び実践していきましょう！

12/10 (日) 『今叫びますバイオリンコンサート』  
10:30~11:30 会場：子どもセンター  
参加費：会員 会費のみ / 一般大人 1,000円・子ども (3才以上) 500円

出演：熊澤洋子 (バイオリン)  
きしもとタロー (笛・ブスコー)

クリスマスソングや 東ヨーロッパの音楽 など  
赤ちゃんから参加できる ファミリーで楽しめるコンサート

今後の舞台鑑賞  
客席まで使った躍動感あふれる演出  
ホール全体が冒険の世界に変わる大型人形劇

魔法のランプを手に入れ大金持ちになったアミン。しかし王様の怒りを買ひ、ランプも家も財宝も、そして最愛の母親も何もかも奪われてしまひます。アミンは再び立ち上がり、母を救い出すことができるでしょうか？

2018年 3/4 (日) 人形劇『アラビアンナイト』  
人形劇団むすび座  
会場：ドーンセンター 7F ホール 開演 14:00 (開場 13:30)



生きていくために、勇気と知恵を！  
「考えよ！決めるのは君だ！」  
＜人形劇団むすび座について＞ 東海地方で初のプロの人形劇団として誕生。今年設立50周年を迎えた老舗の人形劇団。年間約1,200回上演し、約18万人の観客動員を誇る。



風食づくりなどしながら、子育ての話などわきあいあい。

11~3月のスケジュール

- 3月 イチゴ狩り 行き先：明日香村
- 1月 人形劇「アラビアンナイト」(人形劇団むすび座) 2018年 3/4 (日) 会場：ドーンセンター
- 1月 若杉ばあちゃんの料理教室 1/28 (日) 会場：旭区民センター
- 12月 バイオリンコンサート 12/10 (日) 会場：子どもセンター
- 11月 子どもまつり 11/26 (日) 会場：子どもセンター

2018年 1月 午後 会員限定のクリスマス会

舞台鑑賞 会員は 会費のみで参加できます！ (年間3本)



**上映会「いただきます みそをつくるこどもたち」**

～ You are what you eat. 食べたものが、わたしになる。～

**11/26 (日)**  
子どもまつり

二部 13:30～上映

「食育」という概念がなかった40年以上前から、玄米とみそ汁、納豆、季節の野菜という給食を実践する福岡県の **高取保育園** が舞台のドキュメンタリー。園児たちは、みそづくりや、漬物・梅干づくり、食事の用意などを通じて「食がいのちを作ること」を学んでいます。



食材は、無・減農薬の有機栽培の玄米、旬の野菜、調味料は無添加・自然醸造のもの。



子ども達と同じものの試食もさせていただきました。もちもちの玄米・納豆・具だくさんのお味噌汁、子ども達に大人気の切り干し大根の煮物、どれも美味しく美味い味でした。いりこを粉末にして丸ごと味噌汁に入れるのがお手軽でおススメのこと。

**元気な体は自分でつくる！を伝える保育**

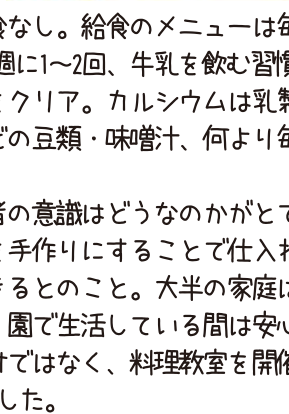
各クラスの当番の園児達が「今日の出席簿です」と調理室へ。本日のメニューは「切り干し大根の煮物」と知ると「やったー」と喜び、お兄の姿に、さっそく和食好きの子ども達の姿が垣間見られました。「心身ともに豊かで健康な体づくり」を保育目標にされていて、午前中はリズム運動・リトミック活動を見学させていただきました。自分の体をコントロールし、ケガをしない体を作り、危険を回避する力をつけてほしい、と取り組んでおられるそうです。園庭でも先生と一緒に裸足で遊んだり、子ども達に向き合う姿勢が素敵でした。

給食の時間各クラスにお邪魔しましたが、映画に出てくる様子同様に、どの子も山盛りの玄米ご飯。おかずの量も多くてびっくりです。午前中にあれだけ体を動かしていれば大人並みの量をたいらげるのも納得でした。毎日どのクラスもほとんど残食なし。給食のメニューは毎日、玄米・味噌汁・和食のおかず。お肉は月に1～2回、お魚は週に1～2回、牛乳を飲む習慣はありません。それでも認可保育園なので、行政の栄養基準をクリア。カルシウムは乳製品ではなく、小魚や野菜・海藻で充分。タンパク質は納豆などの豆類・味噌汁、何より毎日の玄米食でOKとのこと。

こだわりの食材で給食費は他園より割高ではないのか、保護者の意識はどうなのかがとても関心がありました。おやつを含めほとんど全てのメニューを手作りすることで仕入れ代が抑えられ、給食費は標準で良質な食材での調理が可能とのこと。大半の家庭は一般的な考えで、家庭の食生活にまで口出しするのではなく、園で生活している間は安心安全なものを子ども達に提供する。そして保護者には押しつけではなく、料理教室を開催するなど情報発信をしていくことを大切にしているとのことでした。

アレルギーという言葉が存在しなかった40年も前から、「伝統的食」で丈夫な子どもを育てるという保育理念を、ベテラン先生方だけでなく若い先生方が受け継いでおられる姿が印象的でした。

「大阪市市民活動推進助成事業」として、いただき、安心安全な「食」について通して、世代間交流を図ります。若者の発信し、子育てにあたたかい街づくり



**＜参加者の感想＞**

○料理をするための基本から作るポイント・教えるポイント・流れ・片づけまで色んなことを教えて下さり、すごく勉強になる部分がたくさんありました。私自身、包丁やまな板の扱いや火を扱う時など、当たり前にしていましたが、子供からしたら、何が危なくて、という知らないことがあり、その教え方などはなるほどということが多かったです。一番大事だなあと思ったことは、何も言わないということ。私自身すぐ人に聞いたり様子をうかがったりしてしまうので、自分で考える力をつけるためにも、何も言わずほめることもせず、というのは大事なことだなあと思いました。料理は作り方を学ぶだけでなく、自立していくための様々な力が身につけられる大切な事だと分かりました。食材つでも作り方・切り方などでいくつも楽しめる、学べることもあり、楽しかったです。ごぼうをたたくなんて初めてで楽しかったし、固いのが苦手な人でも食べれるなと思いました。学校の課題でやっている献立も、1つ1つ対象者の事を考えるのがとても勉強になり、大切だなと感じました。調味料でも、これしか使えないではなく、どれだけ使わずに作れるかを大切にしていきたいです。(大学2年生)

○数多く調理をさせてもらえて満足度が高かったです。どれも簡単で美味しくできました。ただ料理を教えるだけでなく、子ども達の自立心や協調性を育てることを意識して教えておられると聞いて、驚いたと同時に、食のパワーを改めて感じました。簡単に食べられる食品がどんどん増えていく世の流れに負けずに、学ぶキッズクッキングが続いていけばよいと思います。(大学院生)

大阪市より助成考える機会を観点から情報を目指します。



**＜参加者の感想＞**

いつもリラミック・オープンスペースに2才の子供とあそびに来ています。楽しくあそんだ後は、おいしい手作りのランチもいただいています。家で二人で食べるよりみんなで食べると楽しくてうれしいです。子供もいつも楽しそうにしてうれしく思います。ありがとうございます！！(2才児のママ)

夏休みにこちらに来て、今日までとても楽しみにしていました。どれぐらいの人が集まるのかドキドキしていました。大学に入ってボランティアをしたいと考えていたので、よい経験になりました。ふりかけは普段作ることがなかなかないので楽しかったです。二人で一から2品(3品)作るの新しい挑戦でしたが、よい経験でした。また、今後もいろいろな会に参加していきたいです。(さーな 大学1年生)



学生さん考案レシピ

**海苔たま**

＜材料(大人5人分)＞

- 長ネギ 1/2本
- 卵 1コ
- 味のり 3袋(1袋5枚入り)
- しょうゆ 小さじ1
- ごま油 小さじ弱

**＜作り方＞**

- ①長ネギを細い輪切りにし、さらに細かく刻む。
- ②熱したフライパンに溶き卵を入れて、炒り卵を作る。☆おはしを3～4本使うと細かい炒り卵ができる!
- ③②の炒り卵はお皿などによけておき、ごま油を熱したフライパンに細かく刻んだ長ネギを入れて炒める。
- ④味のりを手でちぎり、一緒に炒める。
- ⑤よけておいた炒り卵を加えて炒め、しょうゆを全体に回し入れたら火を止めて余熱で炒める。

**おやこカフェ**

**第2・4土曜日**  
**12時～オープン!**

毎日忙しいママパパへ  
子どもセンターの  
ほっこり空間でランチをどうぞ!

ごはん(減農薬米使用)  
+ おかず1品 + みそ汁  
350円





### 稲刈り → おにぎりキッチン へ変身 (10/22)

みんながとっても楽しみにしていた「稲刈り」ですが、台風のため中止となり、かわりに子どもセンターにて、おにぎりキッチンを開きました。幼児さん達は、精米機で玄米が白米に変身するのに興味津々。小学生チームが、おにぎりの具材を相談して買出しに行き、オモシロ具材も登場しました。先日のユース向けのクッキング教室でマスターした、だし巻き卵の作り方を早速子どもたちに伝授し、小学生達の上手さにびっくり。幼児さん達も丁寧にチャレンジしていました。11月の「子どもまつり」に登場する“みそ玉”づくりや、大人達の軽食の試作も大成功でした。鰹節削りにもチャレンジし、おいしくって味見が止まりません。おにぎりやみそ玉に入れると、とってもおいしくなりました。



#### ＜ボランティアさんの感想＞

あいにくの天気で、稲刈りの予定が幼児さんと小学生の合同子どもキッチンになりました。稲穂を見て、玄米の精米、お米を洗う、ご飯を炊く、炊けたお米でおにぎりを作るという経験を通して、普段食べているおにぎりがどうやってできているのかを実際に目で見て、体験することで自然に学びにつながっているのではないかと思います。みそ玉づくりの際に、子どもたちに作り方を教えながら進めていくのが、少し難しく感じましたが、私にとっても良い経験になりました。集中が切れてしまった子どもたちに興味をもう一度持ってもらうためには、どうしたらいいかなど考えさせられました。だし巻き卵、小学生の子たちがとても上手に作っていて、感心してしまいました。(ちーちゃん 武庫川女子大学3回生)



#### ＜わくわく子どもキッチン 今後の予定＞



3月 そつぎょうしきっちん

12月 クリスマス会 1月 おもちつき 2月 みそづくり

年長さんは先生役を経験して卒業します

#### お味噌の力で免疫力アップ!

##### 超カンタン! 「みそ玉」

～手作りのインスタントスローフード～

＜作り方＞  
みそ・だし粉・好みの具材(乾燥タイプ)を入れ、丸めてラップで包む。  
容器に入れ保存(冷蔵約1週間/冷凍約1か月)

＜材 料＞  
みそ 大さじ2/3程度(お好みで調節)  
だし粉 小さじ1/2 (できれば無添加のもの)  
「子どもまつり」で使用した具材: たらこ昆布・切り干し大根・わかめ・白すりごま・麩



#### おーちゃんのつぶやき

(NPO 法人子どもセンターあさひ代表)



今回は、おーちゃんのつぶやきならぬおどろき! 一番下の息子(もうすぐ2才)は、お姉ちゃんたちが2人もいるためか比較的に言葉を覚えるのも早いし理解もいい。そんなある日、。「パパ〜 パパ〜」と聞こえてきた。あれ? 父ちゃん、おーちゃんと呼んでいるはず。誰一人として呼ばない、我が家にパパママ文化は無い。目線を追ってみると、そこには母ちゃんの姿がある。まさかと順番に確認してみる。「ねえね、ねえね、おーちゃん」いよいよ母ちゃんの番だ。みんなドキドキしながら聞く。「誰?」「パパ」笑いが止まらない。何度もみんなでお姉ちゃんとお姉ちゃんを教えるが変わらない。なぜ? 最近ではニヤッと笑う。まさかの確信犯? すでに大阪人のサラブレッドが、、、。これは新喜劇行き決定やな。



クリスマス会でマジシャンデビュー!

会員限定行事 (対象: 小中学生の親子)

## 寺子屋

11/12 (日) マジック教室  
講師: マジシャン KAITO さん

#### マジシャン気分!

昨年の舞台鑑賞の「マジックショー」でお世話になったマジシャン KAITO さんに来ていただき、小学生対象にマジック教室をひらきました。まずは音楽と共に登場した KAITO さんがマジックを見せてくださり、期待がふくれあがったところでマジック教室スタート。タネ明かしてもらいながら徐々にマジックを習得。自前のマジックネタをもっている子もいて、教わったものと一緒に、12月のクリスマス会にて、幼児さんや大人たちの前で披露することになりました。マジシャン気分になれた一日でした。

#### ＜今後の寺子屋＞

会員限定行事 (一般: 1・2月のみお試参加 OK)

- 1月 1/14 「アラビアンナイト」プロジェクト
- 2月 2/25 クッキング教室  
講師: 久保田真由美さん (ヘルシー料理研究家)  
プロにお弁当作りを教わり 3月は自分達だけでチャレンジ!
- 3月 「お弁当の日」\* チャレンジ&いちご狩り

\* 「お弁当の日」: 子どもが自分でお弁当を作って学校に持っていくという全国的な取り組み。献立・買い出し・調理・片付けも、全て子どもがします。子どもたちは感謝の心を知り、自己肯定感が育まれます。



おまつりを年2回開催

寺子屋チームは内容を話し合い試作や買い出し担当決めなど協力して自分達で一からつくりあげます!

#### 11/26 (日) 「子どもまつり」

焼きマシュマロ・スムージー・おでん屋さんオープンに向け 試作や看板作りなど 準備バッチリ!

#### 冬の食養料理

### 「若杉ばあちゃん」の料理教室

食事で体を健康にする“食養”をテーマに活動する健康本のベストセラー著者「若杉ばあちゃん」こと若杉友子さんによる\*半里教室7月に開催した講演会が女子評こつき実践編の\*半里教室を開催することになりました!



無農薬の野菜・おばあちゃんが普段使われている厳選された調味料を使用します!

ごはんみそ汁野菜のおかずさえあれば十分だよ!



#### ＜若杉友子氏プロフィール＞

1937年大分県生まれ。食養を世に広めたマクロビオティックの提唱者桜沢如一の教えを学び1989年、静岡市内に「命と暮らしを考える店・若杉」をオープン。食養の講義をしながら全国を駆けめぐる。著書「若杉ばあちゃんの伝えたい食養料理」(PARCO出版)「これを食べれば医者はいらない」(祥伝社)「一汁一菜子育て法」(WAVE出版)など。

1/28 (日) 10:30~13:30

限定24名

会場: 大阪市立旭区民センター 調理室 (大阪市旭区中宮 1-11-14)  
参加費: 学生 2,500円・一般 4,000円 (材料費込み)  
助成: 大阪市民活動推進助成事業



# 子どもセンターあさひ行事カレンダー-12・1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 休館日	5	6 12	7 リラミック	8	9 リラミック
10 バイオリンコンサート クリスマス会	11 休館日	12	13	14 オープンスペース	15	16
17	18 休館日	19	20	21 リラミック	22	23
24	25 休館日	26	27 15:30~16:00 読み聞かせ(旭図書館)	28	29 休館日	30
	1	2	3	4	5	6
	7	8 休館日	9	10	11	12
13 リラミック						
14 寺子屋	15 休館日	16	17	18 リラミック	19	20
21 キッチン	22 休館日	23	24 15:30~16:00 読み聞かせ(旭図書館)	25	26	27 オープンスペース
28 料理教室	29 休館日	30	31			

## 会員限定体験行事 (月1回)

保護者同伴 / 一般: お試し参加 1回 OK



## わくわく子どもキッチン

対象: 未就学児 (2才~)

こねる・まぜる・  
味わう・あらう・・・  
2才からできる  
ことはいっぱい!  
感動をみんなですつくる  
子どもが主人公の台所



## 12/10 (日) クリスマス会

(12月: 通常のキッチンはお休み/寺子屋チームと合同)

12:00~15:00 参加費: 1人 500円 (軽食付)

## 1/21 (日) もちつきっちゃん

## 2/18 (日) みそづくり

10:00~15:00 参加費: 1人 500円 (軽食付)



## 寺子屋

対象: 小・中学生  
10:00~15:00

自然体験を楽しんだり職人さんや専門家から  
本物の技を学びます。個性を認め合い、発揮  
していく仲間作りを目指します!

## 12/10 (日) クリスマス会 (キッチンチームと合同)

## 1/14 (日)・2/25 (日)

参加費: 子ども 600円 大人 400円 + 材料費

## 自然体験 3月 イチゴ狩り

行き先: 奈良県明日香村

0才~3才  
おやこ向け

## リラミック

~リラクゼーションリトミック~

第2土曜日 12/9・1/13 10:30~12:00

第1・3木曜日 12/7・21・1/18

誰でも  
遊びに  
来てね

## オープンスペース

10:30~14:00 参加費無料  
好きなおもちゃであそんでね!  
絵本もたくさんあるよ! (お弁当持参 OK)

○プチ企画 ○10:30~12:00

第4土曜日 1/27 12月お休み

第2・4木曜日 12/14

自由にお音にあわせて リラックスしよう!  
前半45分程のリラミック後  
14:00までフリータイム (お弁当持参 OK)  
参加費: 会員無料  
一般 親子 1組 300円

## あやかフェ

リラミック  
オープンスペースの  
ある土曜日にオープン!  
(12/9・1/13・1/27 12時~)  
(こはん+おかず1品 減農薬米使用)



## クリスマスバイオリンコンサート

出演: 熊澤洋子 (バイオリン)  
きしもとタロー (笛・ブズーキ)

12/10 (日) 10:30~11:30  
会場: 子どもセンター

参加費  
会員 会費のみ  
一般 大人 1,000円  
子ども (3才以上) 500円

## 若杉ばあちゃん料理教室

食養料理で丈夫な体作り!  
1/28 (日) 10:30~13:30 会場: 旭区民センター  
講師: 若杉友子氏

ご入会を! 子どもの頃に体験した感動が一生涯モノ! 子どもセンターあさひでは生の舞台や自然体験・ほんまものの体験を通して、感受性を豊かにし、将来の可能性を広げます。ママさん、パパさん子どもの笑顔を生み出す活動に参加しませんか?

年間3作品

会員になると... 舞台鑑賞に無料で参加 / 会員限定行事に参加できます!

	月会費(月払いの場合)	年会費(年払いの場合)	入会金
幼児 (3才~)	600円	7,200円	500円
小学生~中・高校生・ユース(大学生・青年)	1,000円	12,000円	500円
大人	1,200円	12,000円	500円
賛助会員	/	12,000円	/

\*何月からでも入会できます (最低4ヶ月は継続して下さい) お子さんは保護者の方とご入会下さい  
\*賛助会員: 年間1本舞台鑑賞ご招待

子どもセンターにあそびに来てね!

至守口 旭区民センター 旭図書館 地下鉄谷町線 千林大宮駅 4番出口 大阪旭郵便局

阪神高速道路 区役所

子どもセンター スーパー パチンコ タバコ屋

在宅サービスセンター

バス停「高殿7丁目」

交番

旭屋内プール

バス停「高殿」

マクドナルド

旭小学校 幼稚園 外科病院

旭スポーツセンター 地下鉄谷町線 関目高殿駅 4番出口 関目成育駅

地下鉄今里筋線 国道1号

至梅田 野江駅 関目駅

<子どもセンターへのアクセス>

- 地下鉄(谷町線):関目高殿駅 4番出口から北へ徒歩5分
- 地下鉄(今里筋線):関目成育駅 徒歩7分
- 京阪電車:関目駅 徒歩10分
- 市バス:高殿7丁目駅すぐ