



# エンジェルファミリーだより

声を掛け合いながら みんなで子育てを♡  
子育て支援センターも両手を広げて待っています♡

# 3月

令和8年(2026年) 弥生(やよい)



**プレパパ・プレママも大歓迎!**  
みんなでお茶しませんか~♡  
プレパパ(初めて父親になる男性を指します)  
プレママ(初めての妊娠した女性を指します)

今月は 絵本お話し会・お譲り会  
ベビーマッサージ・フォトアルバム作り  
お誕生会を予定しています!

3 March **お待ちしてま~す!** 2026

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4



青いお空の底ふかく  
海の小石のそのように  
夜がくるまで沈んでる  
昼のお星は眼にみえぬ  
見えぬけれどももあるんだよ  
見えぬけれどももあるんだよ  
散ってすがれたたんぽぽの  
瓦のすきに だアまつて  
春のくるまでかくれてる  
つよいその根は眼にみえぬ  
見えぬけれどももあるんだよ  
見えぬけれどももあるんだよ

「星とたんぽぽ」 金子みすゞ全集より



**ひし餅**  
ひし形の重ね餅  
◎くちなしを入れた赤い餅  
◎菱の実を入れた白い餅  
◎よもぎを入れた緑の餅♡

### ひなあられ

関西風は餅を砕いて揚げたアラレ  
関東風は米粒をあぶったものが原型です♡

### 白酒

もち米 みりん 米こうじ  
焼酎などで作った  
ニゴリのあるお酒♡

あかりを  
つけましょ  
ぼんぼりに  
お花を  
あげましょ  
桃の花  
五人ばやしの  
笛太鼓  
今日はたのしい  
ひな祭り



旬の食材はビタミン・ミネラルなどの  
栄養素がたっぷり♡  
寒暖差が激しく気圧の変化も著しい月  
免疫力を高めてくれる旬の食材を  
積極的に摂取しましょう♡

【魚貝】サワラ・サヨリ・コウイカ・カツオ  
アサリ・トビウオ・のり・はまぐり・カキ...

【野菜】ぜんまい・かぶ・カリフラワー  
春キャベツ・しいたけ・せり・セロリ  
たけのこ・にら・ふきのとう...

【果物】いちご・いよかん・キンカン・レモン  
でこぼん・甘夏・りんご・キウイ...

★しっかり食べて元気に子育てを  
パパサン・ママサン・サンサンお日様♡



宇城市の子育ての情報は  
こちらからどうぞ



### 牡丹餅

牡丹(ぼたん)の花にちなんで「牡丹餅」  
春の牡丹餅は 硬くなった小豆の皮を取った  
「こしあん」で作ります♡

## 春のお彼岸

今年の春のお彼岸は

- ◎彼岸入り 3月17日(火)
  - ◎中日(春分の日) 3月20日(金)
  - ◎彼岸明け 3月23日(月)
- 以上の7日間

「彼岸」とは  
この世の反対側にある  
仏の世界のことで  
西の方にあるとされています  
そこで太陽が真東からのぼって  
真西に沈む「春分」と「秋分」は  
ご先祖様がいらっしゃる彼岸と  
もとても通じやすいと考え  
「お墓参り」をするように  
なったそうです♡



**絵本お話し会**  
●3月4日(水) 11:00~  
宇城市立小川図書館より  
絵本の読み聞かせがあります  
さあ どんなお話しか お楽しみに♡

**お譲り会**  
●3月6日(金) 10:30~  
子育て同志♡譲って良いものを持ち寄って  
助け合っていきましょう!  
詳細についてはスタッフにお尋ねください♡  
※2月よりセンター室内に  
ご案内のポスターを掲示していますヨ♡

**ベビーマッサージ 3組 限定**  
3~7か月のお子さん対象です  
●3月9日(月) 10:30~  
\*ご準備いただく物  
バスタオル・子どもの飲み物(ミルク、さ湯、麦茶など)  
※初回配布のテキストをお持ちの方はご持参ください  
◎予防接種や病後1週間以内の方は避けてください  
◎30分以上前までに食事(授乳)を終わらせてください

**フォトアルバム作り**  
●3月12日(木) 10:30~  
毎月1枚ずつ フォトボードを作って  
アルバムを完成させましょう!  
\*ご準備いただく物...子どもさんの写真3枚程度  
飾ってみたい物  
\*飾りはセンターでも準備しています♡

**お誕生会**  
●3月19日(木) 10:30~  
みんなで お祝いしましょう!  
ご参加予定の「誕生児の保護者の方」は  
スタッフへお知らせください。  
プレゼント等の事前準備をします♡



宇城市砂川で生きる渡り鳥たち♡  
子育ても一生懸命♡

# 2月の

であい  
ふれあい

親子の触れ合い  
笑顔の思い出作り

想いが  
届きますように

ひな人形作り

ゆかいな  
お集まりの時間

## 消防訓練

白百合保育園の皆さんと合同の「消防訓練」  
消防士から火災についてお話を聞いた後  
消火器の使い方を学びました!

ご家庭でも「火災」への意識をもって  
日頃からしっかり安全点検を

幸せの足跡作り

## フォトアルバム作り

毎月1枚ずつ作って  
アルバムを完成させます

パパさん♡ママさん  
どうぞ子育てのお疲れを  
もみほぐしてください~

## 大人気! ウォーターベッド型

## マッサージ器!

センター内  
玄関のスペースに  
設置しています  
使用法など詳しくは  
スタッフまで~

子どもたちの心としっかり  
向き合ってくださいました

♡プロレスラー  
アレクサンダー大塚さん  
心温まるご訪問!

小林千絵美  
先生による

ベビーマッサージ講座  
◎赤ちゃんとの絆作り

## お誕生月のお祝い会

みんなで声を掛け合って♡  
みんなで一緒に子育て♡

プロレスラー  
アレクサンダー大塚さんも  
飛び入り参加 お祝いを  
盛り上げてくださいました♡

## 喫茶去(きっさこ)

十数年ぶりに電車に乗り込み  
とある駅に降り立った

そこは何もかもが  
大きく様変わりしていた

戸惑いの中 必死の思いで  
人生二度目の新幹線に飛び乗り  
指定の「座席」に辿り着いた

それはもう  
浦島太郎状態と言えは  
お分かりだろうか  
もはや悲劇

そして無事に?  
目的だった舞台公演を観た

その原作は100年以上前に  
書かれたという

どうやら人の「心」は  
そんなに変わっていないらしい  
センター長 むたゆうじ

どこかで「春」が  
生まれてる  
どこかで水が  
流れ出す  
どこかで雲雀が  
啼いている  
どこかで芽の出る  
音がする  
山の三月  
そよ風吹いて  
どこかで「春」が  
生まれてる

作詞...百田宗治  
作曲...草川信山

宇城市には10ヶ所の  
「子育て支援センター」が  
ありますよ♡

※見てネ~月



子育てすくすくチャンネル

## 宇城市小川町子育て支援センター

(白百合保育園内)



センターと お庭のご利用時間は

◎月~土曜日(日・祝日はお休み)

◎9:00~14:00です^^

どなたでも予約無しでご利用できます♡  
プレパパ・プレママさんたちもどうぞ♡

〒869-0624 宇城市小川町江頭 330-4  
電話 0964-27-5602  
Mail kids-shirayuri@cello.ocn.ne.jp  
2026.No.107号 編集責任者 むたゆうじ