

月	火	水	木	金	土	日
1	2 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~	3	4 ☆ベにスポ	5	6 木にふれあおう 9:30~	7
← 花笠ウィーク：花笠を作って踊ろう →						
8 Dr. まーしー 11:00~ ☆プレイセンター	9 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~	10	11 休園日	12	13 ぼん!ぼん! 盆踊りをおどろう 10:00~10:45~	14
15	16	17	18	19 やさしい太極拳 とストレッチ	20 造形あそび 15:00~ 盆踊り 17:10~	21
22 ☆プレイセンター	23 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~	24 ~ようこそ♡ やよいさんの相談 室へ~ 「生活リズム」 11:00~	25 ☆ベにスポ	26 ※今日はベにっこ ひろばの日	27 ぼん!ぼん! 盆踊りをおどろう 10:00~10:45~ パパとあそぼう 15:00~	28
29 やさしい太極拳と ストレッチ ☆プレイセンター	30 ※今日はベにっこひ ろばの日 大きくなったかな? 身体測定・育児相談 11:00~	31	6日「木にふれあおう」ストリングアートをしよう 20日「造形あそび」とび出す宇宙工作 27日「パパとあそぼう」Bブロックとプリオで街づくりをしよう ☆印の講座は会員制です。 ※今日はベにっこひろばの日：育児サークルの活動体験ができます			

### 〈枝豆ごはん〉

材料 (炊飯器 2 合分)

枝豆 (むき身) 0.5 合分 (約 90g)  
米 1.5 合 (約 225g)  
昆布 10cm  
塩 小さじ 1/2  
酒 小さじ 1  
ゴマ塩 適量



### 〜作り方〜

1. 枝豆はサヤから出して、0.5 合分用意する。  
米は洗って、通常の水加減 2 合分で 10 分ほど浸水させる。
2. 浸水させている米から、酒の分量分の水小さじ 1 を除く。  
塩と酒を加えてひと混ぜし、昆布と枝豆をのせてすぐに炊く。
3. 炊きあがったら、昆布を取り出して全体を混ぜる。
4. 茶碗によそい、好みでゴマ塩をかける。  
※小さなお子さんは、えだ豆を小さくカットするなどして、喉につまらな  
いように気をつけて下さいね。

### 〈夏野菜の豚汁〉

材料 (大人 2 人分 + 子ども 2 人分)

豚肉 120g トマト 1 個  
きゅうり 1/2 本 ジャがいも 2 個  
とうもろこし粒  
(ゆでたもの) 30g  
キャベツ 2 枚分  
玉ねぎ 1 個  
酒 小さじ 1  
みそ 大さじ 2~3



### 〜作り方〜

1. 豚肉は 2cm 幅に切る。トマト、じゃがいも、玉ねぎは  
1cm 角切りにし、キャベツは 1cm ざく切りにする。  
きゅうりはちよう切りにする。
2. 鍋に 1 の野菜 (トマト、とうもろこし以外) と水を入  
れ、火にかける。
3. ジャがいもや玉ねぎに火が通ったら、豚肉・とうもろ  
こし粒と酒を加えてひと煮たちさせる。
4. 最後にトマトを入れ、みそを溶き入れてできあがり。

## 七夕飾り



今年も笹飾りを作りました。短冊には、健康・  
成長・平和の願いや、かわいいお願い事もあ  
りました。7/7にはミニ七夕会もしました。  
ベにっこひろばの織姫と彦星は再会するこ  
とができましたよ。  
みんなの願い事も叶いますように☆

## きゅうりの収穫



ほのぼ〜のファームでは、夏野菜収穫の真っ最  
中です。葉っぱの下にきゅうり発見!葉っぱもきゅ  
うりもチクチクするよ。はさみでちよっきん!ずっし  
りと大きなきゅうりが獲れました。「お家で食べよう  
ね。」お友達もママもにっこり。不定期ですが、野  
菜のおすそ分けをしていますよ。

## LINE

ラインでの予約が始まりました!



二次元コードを読み取り、認証ページで注意  
事項をご確認のうえ、「同意する」ボタンを  
押せば友だち追加完了です。

## 助産師のワンポイントアドバイス

お米には水分が多く含まれ、持久力があります。朝食は  
ご飯、味噌汁がおすすめです。忙しい時には、具たくさん  
のおにぎりなどはいかがでしょう? 朝ごはんをしっかり  
食べて、暑い夏を元気に過ごしましょう!

感染症予防のため  
体調のすぐれない方の  
入園はご遠慮ください。

PC やスマートフォンからでも、イベント情報をチェックする  
ことができます。「ベにっこブログ(すくすくネット内)」 「いこーよ」  
で検索※右側の QR コードからアクセス!

いこーよ ベにっこブログ



山形市児童遊戯施設  
住所: 〒990-0815  
山形市樋越22番地  
電話: 023-674-0220  
FAX: 023-674-0221  
一般者向け PC のアドレス  
[yamagata.benikko@ikuji-land.jp](http://yamagata.benikko@ikuji-land.jp)

休園日 毎月第2木曜日(祝日の場合は次の日)と1月1日  
開園時間 屋内 人数制限あり最大150人程度  
平日・土日祝日  
午前9:00~午後5:00  
屋外 春期 4~9月は午後6:00まで  
冬期 10~3月は午後4:00まで  
専用使用 午前9:00~午後10:00  
専用使用についての詳細はお問い合わせください。

山形市在住、山形市内の  
幼稚園・学校・福祉施設等  
に通園・通学している児童  
とその付き添い者

