

おやこ大学だより

2018年度 12号 (2019. 3. 1) Vol.94

ご挨拶

おやこ大学の卒業生のみなさんが、赤ちゃんたちの手形 & 足形アートを楽しんでいたのが、今回はその作品をお借りして表紙に掲載させていただきました。

もみじのように小さくてかわいいうちがやあんよも、日に日に大きくなっていく。嬉しいような少し寂しいような…。貴重な「今」を切り取って、思い思いの装飾で作品を「未来」に残す。なんだかかっても素敵ですね！

桜色の簡単お菓子を作りました

春を感じるお菓子はなんだろう？ そんな気分で、「簡単もち米桜餅」のレシピを探してみました。

8個分の材料

もち米1合 水1合 砂糖大さじ1 粒あんを丸い形で8個分 (約160g)

桜の葉の塩漬け 食紅



作り方

- ① もち米は研いでから3時間ほど水に浸し食紅を加えて炊飯器で炊く。
- ② 炊き上がったもち米は熱いうちに砂糖を加えてスプーンなどで粒をつぶすように混ぜる。
- ③ あんこをピンポン玉より小さいサイズでコロコロ手の中で転がして8個分丸める。その間に桜の葉の塩抜きをする。
- ④ もち米を平らにして、あんこ玉を載せて丸めて桜の葉で包む。



お雛様と一緒に飾ってその後デザートに。

春から職場復帰、新生活に向けての準備

職場復帰をする予定の方、いらっしゃいますか？

復帰をして今までの生活パターンから新生活スタイルへ、「うまく両立できるかしら」と感じているか、いるかも知れません。

もし職場復帰する予定がある場合、これから暖かくなっていく3月は、職場復帰した後の生活をイメージして練習するタイミングとしてよいかもしれません。

今年ではなくても、来年というかたも3月に考えてみることは4月からの生活がイメージしやすいかもしれません。



育児休暇をママがとっているケースの場合、復帰後パパとの協力体制をどうするのか、シミュレーションとして出来そうな体験をやってみるのはどうでしょうか。

いざ、新しい生活がスタートして困った時、どんな人に助けを求めたいのか急には思い浮かばないかもしれません。

夫婦で協力するにしても、細かな家事の分担、子どものお迎え、ママの急病や不在な時、パパが家事育児をどのようにこなすのか、急に子どもが病気になったなど困った時の助っ人は誰なのか、ベビーシッターやファミリーサポートなど周囲にある支援施設も調べておくと安心です。また、毎日の食事も時短メニューを試してみたり、家事を軽くする電化製品など、今のうちに調べてみていいかもしれません。

毎日のことなので完璧に問題なく生活するというよりは、子どもとの時間を確保するための裏ワザ的な我が家流をもっておくこともおすすめです。

食材などの宅配サービスなども職場復帰した時の安心材料になるかもしれません。

各家庭の生活スタイル、周囲にある地域のサービスなど、お茶を飲みながら検索などいかがでしょうか。また、友達の体験談など機会があれば伺ってみるのも参考になってよいかもしれませんね。



次回号をお楽しみに

少しずつ暖かくなって、過ごしやすい季節になってきましたね。

春物を新調してお出かけしてみたり、タラの芽やヨモギ、菜の花やツクシなど、旬の食材を食卓に取り入れて、春を感じるのもいいですね。



♪ 獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンターからのお知らせ ♪

専門相談のお知らせ

2019年 3月 1日 (金) 10時～13時 林 恵津子先生 (埼玉県立大学教授、臨床発達心理士)

2019年 3月 6日 (水) 14時半～16時半 作田 亮一先生 (獨協医科大学埼玉医療センター子どものこころ診療センター)

2019年 3月 12日 (火) 10時～13時 石橋 昭良先生 (文教大学、臨床心理士)

2019年 3月 28日 (木) 13時～15時 鮎田 謙一弁護士 (獨協地域と子ども法律事務所)

※ すでに定員いっぱいキャンセル待ちとなる場合があります。お問い合わせください。

お問い合わせ・投稿はこちらまで
獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター

〒340-0041 埼玉県草加市松原1-1-10 TEL.048-946-1781 FAX.048-946-1782

E-Mail: kodomolc@dokkyo.ac.jp

子どもに関する相談(無料) 月～金 9時～17時 048-946-1771

※祝祭日はお休み

