

# かばくんの らいふり 通信 朝ごはん 通信

## 『こぐまちゃんおはよう』

わかやまけん/さく こぐま社



こぐまちゃんは朝、顔を洗って、歯みがきして、朝ごはんをいっぱい食べます。きんぎょちゃんの朝ごはんはこぐまちゃんあげます。かわいくて大人気のこぐまちゃんの絵本。

あかちゃんから

## 『14ひきのあさごはん』

いわむらかずお/さく 童心社



14ひきのねずみの家族の朝の仕事は、野いちごつみ。どんぐりのパンときのこのスープに、野いちごのジュースとジャムをそえて、みんなでにぎやかに朝ごはんをいただきます。

3・4歳から

## 『しげみむら おいしいむら』

カスコ・G・ストーン/さく 福音館書店



野原の虫たちはどんな朝ごはんを食べているのかな?『のはらのおかしや』が開店する日に、みんなで食べた朝ごはん。きょうも一日、はたらくぞ!

5・6歳から

## 食欲の秋です!

バランスのよいごはん、食べていますか?一日の中で一番大切といわれる朝ごはん。絵本の中にも、おいしい朝ごはんがたくさんできます。こんがり焼けたトーストや、干物の香ばしいにおいがしてきそう。読んで、味わってみてください!

## 『ゆうこのあさごはん』

やまわきゆりこ/さく 福音館書店



寝坊したゆうこは、ひとりで朝ごはんを食べていました。バターをついたパンと牛乳とチーズ、それから顔が書いてあるゆで卵。卵をむこうとしたゆうこは、卵に冒険に出かけようと誘われて...

2・3歳から

## 『ふたりのあさごはん』

『愛蔵版おはなしのろうそく』より  
にしゅうこ/作 東京子ども図書館

目ようひのあさ けんいち  
うみてたまご とつてきて  
めだまやきふたつ たへました  
ねこのみけやはそのそばで  
おかかごはんを たへました

『おはなしのろうそく』には読んで聞かせるおはなしがたくさん。リズムに乗って話して聞かせてあげてください。けんいちとねこのみけやの、楽しい朝ごはんの詩です。

4・5歳から



## 『ひものでございっ!』

平田昌広/文 平田景/絵  
文化出版局

海辺の民宿に泊まったのに、ぼくの朝ごはんには干物がなかった。不満顔のぼくを見て、とうちゃんが港の前の魚屋に連れていった。おいしい干物、あるのかな...

5・6歳から

## 保護者の方へ ~朝ごはんがもっと楽しくなる本~

### 朝ごはんはどうして大切な?

#### 『あさごはんからはじめよう』

すずきさちこ/作  
講談社



早起きが苦手なあさごちゃん、朝ごはんも食べずに学校へ。一日なんだから元気がでません。朝ごはんを食べてどうなっちゃうの?食への興味をひきたす絵本。

#### 『早ね早おき朝ごはん全3巻』

はらたゆうこ/絵・文  
汐文社



いつも元気であるために大事なこと。楽しいイラストや豊富なデータで、子どもにもわかりやすく早ね早おき朝ごはんの大切さを伝えます。

### 料理って楽しい! 今日のごはんは、親子で作ろう!

#### 『ここがポイント!子どもに教えるはじめての料理』

じゅわ樹/著  
メイツ出版



大好きなおかずやおやつを自分で作ってみたい!でもどうすればいいのかな?わかりやすく、楽しく、安全な説明のポイントを大きな写真で紹介。

#### 『さあ、はじめよう!子どもクッキング』

ベネッセコーポレーション



どのメニューを作ろうかな?どうやって作るの?料理は子どもの好奇心や想像力を育てます。基本をマスターしたら本格派料理にチャレンジ!

# おっこ フェスタ2009

第2回  
-すべての子どもに笑顔ときずなを-

日時: 10月17日(土)・18日(日)

10:00~16:00

場所: オリオンスクエア

ラパーク長崎屋 宇都宮店4F

お父さんの子育て応援イベント実施!

## 宮っこフェスタでの親学イベントのご案内♪

宇都宮市では、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)と親力向上支援の観点から、ファザーリングを推進しています。



## お父さん!ファザーリングしてますか?

ファザーリングとは、“父親であることを楽しむ生き方”のことです。

### 17日 オリオンスクエア



## タカパパの ハッピー子育て トークショー

ゲスト: 金子貴俊さん(俳優)

司会 齋藤♪Dorami♪久美さん

時間: 13:00~14:00

1児のパパである金子貴俊さんが、自身の経験をふまえて、楽しい子育てについて語ります。パパはもちろん、これからパパになる方にオススメです!

### ●15:00~ おやじのこころを 伝えたい!!

出演: 4Ways  
子育てを通して生まれた歌、父親として子どもに伝えたいメッセージをメロディに乗せて歌います。  
涙あり笑いあいのステージをぜひ一緒に!



岩上 敏雄



高松 博仁



寺内 千明



村山 哲也

■プロフィール  
結成20年をむかえた、平均年齢52歳のバリバリのアマチュアおやじフォークソングバンド。自然と人間と生活をテーマにしたオリジナル曲を歌っています。4人はなんとみんな小学校の先生です!

### ●12:30~ パパママおうえん隊と あそぼう♪

出演: 子育て支援サークル  
パパママおうえん隊



さあ、はじまるよ~♪  
♪パパママおうえん隊のステージに全員集合!!パパも一緒に、歌って踊って楽しくあそぼう!!

### ●14:00~ おとうさんといっしょに 「早ね早おき朝ごはん」

出演: 文部科学省「早寝早起き朝ごはん」キャラバン隊



生活リズムの大切さをわかりやすく伝えます。誰が来るかは楽しみに♪

### 18日も楽しいイベントが盛りだくさん!

おもしろ手品などを作る体験コーナーもあるよ! 家族みんなで遊びに来てね♪