

1号

2016. 4. 15

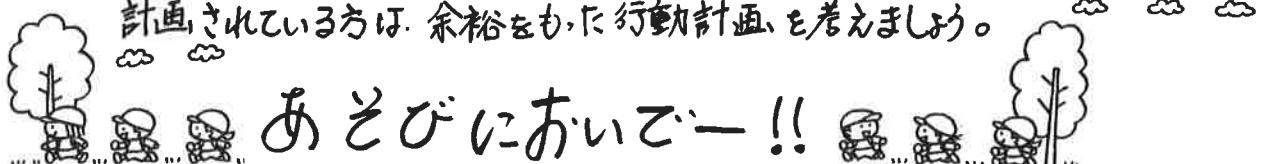
社会福祉法人
こつねぎの会

つちこ保育園
北区志茂3-11-6

(電)03-3903-6160

とんぐり

新しい生活が始まり毎朝トタバタといったところでしょうか。
寒めりやすい天気、環境の変化によって体調を整えるのも大変ですね。
疲れも重くて熱が出たりお腹をこわしたりしているのは子供だけでは
ないようです。休養、栄養をしっかりと摂って疲れをためないようにしましょう。
5月の連休明けも気をつけなさいといいますが、ゴールデンウイークを楽しむ
週末にあと、心身ともに不安定になることもあります。登園(校)拒否に
なる事もあるようです。子どもたちのように気をつけましょう。また旅行等
計画されている方は、余裕をもて行動計画を考えましょう。



5月25日(水)

10時～11時45分～

①小麦粉粘土で遊び

②給食(材料費200円)

○対象児 1ヶ月～2ヶ月

○定員数 4名

10時～10時45分～遊び
11時～11時40分～よくじ

*用意するもの

・11ントタオル(枚)

・エプロン(使用している)

・着替え

*参加を希望される方は つちこ保育園までご連絡ください。
尚、食事希望されない方はその旨お伝えください。

6月10日(金)

10時～11時45分～

①1ヶ月児一緒に遊び

対象児 1ヶ月～2ヶ月

②2ヶ月児運動遊び

対象児 2ヶ月～3ヶ月

③給食(材料費200円)…1ヶ月児

2ヶ月児
定員数 各2名

10時～10時45分～遊び

11時～11時40分～よくじ

→同じ

5月5日は子どもの日。

端午の節句は男の子の節句です。

この日はこいのぼりとたこ・ちまきや柏もちなどにべてお祝いします。

よもぎやしょうぶは邪気を払う力があると伝えられています。

この日はしょうぶ湯に入るのもいいですね。



家庭でできる行事食

こいのぼりオムライス

【材料】4人分

ごはん	茶碗4杯
鶏もも肉	200g
玉ねぎ	小1個
グリンピース	大サジ4
トマトケチャップ	大サジ6
卵	4個
油	大サジ2
塩	小サジ1/2
こしょう	少々

【つくり方】

- ① 鶏肉は1cm角に切り、玉ねぎはみじん切りにする。冷凍のグリンピースは解凍する。
- ② フライパンに油を熱し、玉ねぎをしんなりとするまで炒める。鶏肉を加え、色が変わるまで炒める。鶏肉に火が通ったらごはんを加え、木じゃくしでほぐしながらよく炒める。
- ③ グリンピースを4粒残して加え、塩、こしょう、ケチャップで調味し、よく混ぜながら炒める。
- ④ 卵を1個ずつ溶きほぐしておく。フライパンを中火にかけ、油を薄くひき、卵を流し入れて全体に広げ、③のケチャップライスの1/4量を中央にのせ、フライ返しておおうように、両端から卵をかぶせる。
- ⑤ 皿に返し、こいに見立てて形を整える。同様にして3つくる。残したグリンピースでこいの目を飾り、焼いた金ぐしでうろこの模様をつける。



「食べ物の文化」No.318 植草真喜子：安心・かんたん・晩ごはん（芽ばえ社）より