

2016. 9. 1

社会福祉法人  
つちこびの会  
つちこ 保育園  
北區志茂3-11-6  
03-3913-6160

# とんとん つちこ

もう少し残暑は続きそうですが吹いてくる風はすっかり秋ですね。子どもたちの楽しい水あそびもプールからあがてくると「さむいさむい」と身を縮めています。水あそびももうおしまいかね... 幼稚園・学校の夏休みもおしまいですね。お休みモードになつた体をおこすのは大変です。夏の疲れが出してくるのはこれから。でも運動会や遠足などの行事もまっています。元気に活動を向えらるようしっかりと夏の疲れをとることが大事になってきます。休日のあてかけは控えめにして、体調を整えていきましょう。



あそびに  
おいで〜



「つちこ  
レストラン」

9がう24か(土)

11じ30ぶん〜

定員 親子 5組

対象児 1才6ヶ月〜

参加ヒ 親子で500円

★参加希望の方はご連絡ください。

ズンダで

- ・夏野菜カレー
- ・キャベツとしらすのサラダ
- ・すまし汁



「収穫祭(運動会)」

10がう22にち(土)

・未就学児の参加競技ありです。

場所 志茂町公園内

時間 9じ〜11じ30ぶん

・つちこ保育園の保育が見えるかと思...ます。散歩がてら参観してみてください。

★連絡はいりません。

・雨天時は神谷中学校の体育館で行われます。



## お月見

...この時期 空気が澄んでいる月の月や星がきれいに見えます。旧暦の8月15日は中秋の名月とか十五夜とよばれ秋の実のりに感謝し月を愛でるお祝がおこなわれます。毎日忙しくすごしていますがたまにはお子さんと空を見上げて見るのもいいですね。

## お月見団子を作ろう

【材料】4人分

- 白玉粉.....150g
- 上新粉.....150g
- 小豆.....64g
- 砂糖.....24g
- 塩.....少々

- 1 小豆を前日ぐらいから水につける。
- 2 小豆を弱火でコトコト煮る。
- 3 柔らかくなったら砂糖と塩を加え煮込む。
- 4 白玉粉と上新粉を合わせて水を少しずつ加え、耳たぶぐらいの軟らかさにする。
- 5 たっぶりのお湯で、一口ぐらいにまるめてゆでる。うきあがったらすくう。
- 6 団子を小豆にからめて、出来上がり。

## 小豆

小豆には、解毒、利尿、排膿作用があり、むくみ、脚気、便秘に有効です。身体を痩せさせる作用もあるといわれているためダイエット食品とも言われますが、砂糖がたっぷり入ると食べすぎに注意して下さい。

☆乳児は白玉粉の割合を1/3増やす。  
☆小豆を煮るのが大変な時は缶詰で代用してもいいですね。  
☆小豆が苦手な人は、きなこをまぶしてもいいですね。きなこは、大腸の働きをよくし、美容効果も抜群。タンパク質も鉄分もビタミンBもしっかりとれます。

※は社 保育園の食事に参考。

## お供え豆知識

### ○月見だんご

月にみたえた団子が神さまをおかえる目印になる。ススキや収穫した作物と一緒に供えます。

### ○里いも(夜かづき)

里いもは一つの株から子株がたくさん増えることから子孫繁栄の縁起物とされています。



## 〜お知らせ〜

「休日保育」の申し込みについて。

- 条件 (○北區在住の方  
○保護者の方がお仕事の日であること(冠婚葬祭は対象から外れます)  
・勤務証明証(その日が仕事であることの)が必要。

保育時間...7時15分〜18時15分

保育料...保育の2号認定・3号認定の方は料金は発生しません。

その他の方、食事を含め2,500円になります。

申し込み...保育の体制を整えるため、2週間前まで申し込みにください。

・初めて利用される方は簡単な面接を受けていただきます。

・申し込み相談は、月〜金の10時〜16時までにお願ひします。それ以外になりますと担当の者がいない場合があります。

特に土・日はご遠慮ください。