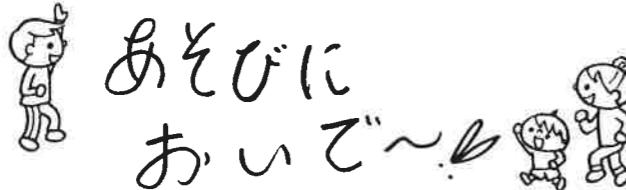


どんぐり こうこく

2016.9.1
社会福祉法人
つち・こ 保育園
北区志茂3-11-6
03-3913-6160

もう少し残暑は続きますが、吹いてくる風はずかり秋ですね。子どもたちの楽しい水遊びもプールからあがてると「さわいさわい」と身を縮めています。水遊びももうおしまいかな… 幼稚園・学校の夏休みもおしまいますね。お休みモードになっていた体をかうのは大変です。夏の疲れが出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れるようしっかりと夏の疲れをとることが大事になります。休日のあひかけは控えめにして、体調を整えていきましょう。



「つっこ レストラン」

9月24日(土)

11時30分～

定員 親子 5組

対象児 1歳6ヶ月～

参加料 親子で500円

* 参加希望の方はご連絡ください。

こんなに

- ・夏野菜カレー
- ・キャベツとしらすのサラダ
- ・すまし汁



10時22分(土)

・未就学児の参加競技あります。

場所 志茂町公園内

時間 9時～11時30分

・つち・こ保育園の保育が見える
かと思ひます。散歩がござ
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馆
で行います。



お月見

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
月を愛ぐ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はいいですね。

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 軟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づつ加え、耳たぶぐらいの軟らかさにする。
- 5 たっぷりのお湯で、一口ぐらいにまるめてゆでる。うきあがったらすぐう。
- 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
もしっかり含まれます。

新潟社 保育日の食事にご参考。

お供え豆知識

○月見だんご
月にみだれた団子が神さま
をおかえる目印になる。
スキや収穫した作物を
一緒に供えます。

○里いも(衣かづ)
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 (○北区在住の方)

- 保護者の方がお仕事の日があること(結婚葬祭は対象から外れます)
- ・勤務証明証(当日が仕事であるとの)が必要です。

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時までにお願いします。
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。