

ともしび保育園 ～そっとお耳にいたいお話～

2022 年 9 月



暑さもようやく一段落し、季節の移り変わりを感じる頃となりました。

行動制限が緩和されて迎えた初めての夏、皆さまはどのように過ごされましたでしょうか。

感染の不安と隣り合わせの日々であったかもしれませんが、少しでもお子さんと一緒に思い出に残る夏休みを過ごされたことを願います。

さて、8月はお休みしていたオープンスペースが9月より始まります。新型コロナウイルスはまだ予断を許さない状況ではありますが、ともしび保育園の地域活動も少しでも皆様に足を運んでいただけるよう、子育てのサポートを今の状況の中でできることを前向きに検討中です。子育てひろば情報発信システム「こもれび」等で皆様にお伝えできるようにしていきたいと思いますので今後もよろしくお願いいたします。



<9月の予定>

日時	行事	備考
12日(月) 9:30~11:00	オープンスペース	地域専用の部屋を開放し親子で遊べるお部屋です。身体測定・育児相談も行っています。 4組限定になります。
毎週水曜日	図書貸し出し	保育園にある絵本の貸し出しをしています。お子様1人につき5冊、1週間貸し出しができます。お気に入りの絵本を見つけてみませんか？

※10月の「リフレッシュ講座 フラダンス」「交流保育」「ティータイム」「園庭開放」「誕生会」「素話し おはなしかご」はコロナウイルス感染拡大防止のため中止とさせていただきます。

※お申し込みや詳細は、子育てひろば情報発信システム「**こもれび**」をご覧ください。

こちら👉



<連絡先> ともしび保育園

◆電話番号 3644-2747

◆受付時間 月～金曜日 10:00～16:00



親子でクッキング

☆お子さんと一緒に作ってみませんか？☆

<キーマカレー4人分>

(材料) 玉葱 2個 ピーマン 3個 合いびき肉 500g カレー粉大さじ 1.5 塩小さじ 1
生姜 1かけ にんにく 1かけ ソース大さじ 2 ケチャップ大さじ 2 油 水適宜

- (作り方) 1 にんにく、生姜、玉葱、ピーマンはみじん切りにする
2 フライパンに油を入れにんにく、生姜を入れ炒め香りがでてきたら、合いびき肉、玉葱、ピーマンを入れよく炒めてひたひたに水を入れ煮込む
3 ②の中にカレー粉、塩、ソース、ケチャップを入れ軽く煮て出来上がり

*みじん切りが大変な時はフードプロセッサーを使用したり、粗いみじん切りでもOK！



<ナン>

(材料) A (強力粉 600g ドライイースト小さじ 2 砂糖大さじ 1.5 塩小さじ 1)
ぬるま湯 300cc 打ち粉 油適宜

- (作り方) 1 ボールに A 材料を入れ混ぜる
2 ぬるま湯を加えこねる
3 生地がまとまったら、ラップをして常温で 20 分程寝かせる
4 生地を 8 等分にし打ち粉をして綿棒で 5mm 位の厚さに伸ばす
5 フライパンに油をひき中火で両面に焼き色がつき中に火が通ったら出来上がり

*保存用袋に入れてこねると手も汚れず、洗い物も少なくできます！

生地を寝かせている間にラッシーを作ると待ち時間も有効に使えます！



<ラッシー>

(材料) ヨーグルト 1カップ 牛乳 1カップ オリゴ糖大さじ 3 レモン汁大さじ 1

(作り方) ボールに材料を全部入れ混ぜて出来上がり

*冷やすとおいしいです！

*オリゴ糖はガムシロップ、メイプルシロップでも代用できます！

ラッシーは味見でなくなってしまうほど人気なので味見に注意です！



作ってみました！！



キーマカレー

☆ピーマンが苦手でも「おいしい！」と食べていました。
☆余ったキーマカレーは後日ご飯にかけてもおいしくいただけます。

ナン

☆好きな形にしてオリジナルのナンを作っても楽しいです。
(写真は魚の形のナンです！)

