

がったんCocco



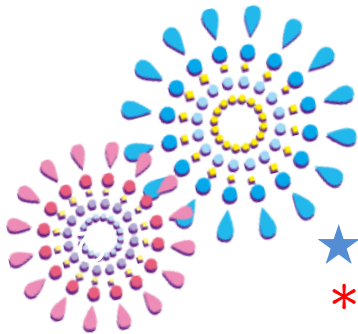
東田端保育園 子育て支援

住所 北区東田端2丁目13番地2号棟101

TEL 03-3893-1137

http://higasitabata-tsubomikai.com

今年は梅雨が長く、やっと夏らしくなってきましたね。今年は感染症の関係で行動も制限されますが皆様はどんな夏をお過ごしでしょうか。
今月も保育園ではプール遊びを予定していますので、ぜひ遊びに来てください。



8月の子育て支援予

★5日(水)、20日(木) 水遊び 10:00~11:00

*先着5名様まで。テラスで水と触れ合いながら遊びます!

★25日(火) 身体測定・園庭交流 10:00~

*お子様の身長と体重を測ります。

園庭で乳児クラスの子どもたちと一緒に親子で遊ぶことができます。(気温が高い場合は中止になる事もあります。)



*参加ご希望の方は、

お電話にてお申込み下さい。

(平日午前9時~午後5時まで)

T E L 03-3893-1137





8月の子育て情報



簡単に作れる遊具

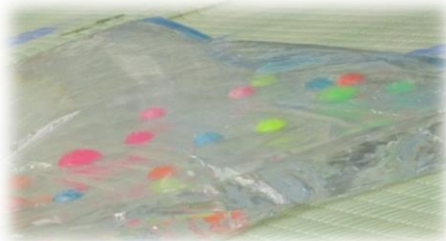
「室内でも遊べるひんやり水袋」

★ひんやり水袋①

{材料} 布団圧縮袋・中に入れる玩具
(スーパーボール・ビーズ・スパンコール・チェーンリング等)

{作り方}

- ・布団圧縮袋に好きな玩具を入れその中に水をいれる。
- ・水が出ない様に圧縮袋の口をしっかりと閉じる。



★ひんやり水袋②

{材料} 厚手のポリ袋 2枚・透明テープ・水

{作り方}

- ・大きめのポリ袋にたっぷりの水を入れ、ポリ袋は2枚重ねにして結び目をテープでとめる。



離乳食レシピ {今回は9~11ヵ月頃(後期食)の献立です。}

・この頃からは1日3回食になります。食べ物に手を出す時期でもあるため、手づかみ食べが出来るメニューを加えると良いです。手づかみ食べは手で持った物を口に持っていく練習にもなり、フォークやスプーンを使う前段階でもあります。ただ、手づかみ食べを嫌がる赤ちゃんもいるので無理強いはいしない様にしましょう。

★献立のレシピ★

◎けんちゃん風うどん

{材料}

乾麺	25g
木綿豆腐	15g
にんじん	5g
豚ひき肉	10g
さつまいも	10g
ごま油	少々
かつお節だし・昆布だし	適量
しょうゆ	少々

{作り方}

- ①乾麺はやわらかく茹でて、2cm位に切っておく。
- ②ごま油で豚ひき肉、にんじん、さつまいもを炒めだして煮る。
- ③豆腐を入れしょうゆで味付けし、ゆでうどんを入れて少々煮込んで出来上がり。



◎野菜スープ

{材料}

キャベツ・にんじん・いんげん	各 10g
煮干し	適量
塩	少々

{作り方}

- ①煮干しでだしをとる。
- ②キャベツは2cm角、にんじんはいちゅう切り、いんげんは2cm位の長さに切り、水で煮る。
- ③②に出汁を入れ、塩で味付けをする。

