

きのみ通信 4月号



H30.3.29 (木) 発行

本郷ゆうし保育園 子育てひろば

<http://www.hongouyuushi.ed.jp/>

mail kosodate@hongouyuushi.ed.jp

稲城市東長沼 2115-2

TEL 042-401-6951

FAX 042-401-6952

4月の園庭開放は、

4日(水)、5日(木)、11日(水)、12日(木)、18日(水)、19日(木)、25日(水)、26日(木)です。※時間は、9:00~12:00です。(11:45には、お片付けを始めます。)

集合遊具について

保育園には、乳児向けの集合遊具があります。

お子さんが上っている時は、目を離さず、危険がない様に見守っていきましょう。



園庭開放は、
予約はいりません。
どなたでもどうぞ。

どんぐり・くるみの会・ゆうしとあそぼ

30年度のどんぐり・くるみの会、ゆうしとあそぼ は5月からです。

保育所体験として、在園児と一緒に製作遊びやリズム遊びをしたり、栄養士による離乳食講習会を開催したりしています。身体測定やつどい終了後のホールの開放も行っています。

毎月の『きのみ通信』にて、内容をお知らせしていきますので、前月の最終週の園庭開放でお配りしています通信や保育園のHPをご覧ください。

年齢別のつどいの予約は毎月1日より開始です。月曜日~金曜日の9:00~17:00の間にお電話にてご予約ください。

※年度が変わりますので、現在パートナー登録されているご家庭も再度登録をお願い致します。



ゆうしとあそぼ

※4月の ゆうしとあそぼ はお休みです。

5月10日(木) 本郷児童館にて 10:30~11:45 本郷ゆうし保育園の保育士が楽しい遊びをお届けします。 予約は要りません。是非、遊びにいらしてください。



☆育児相談を行っています☆



子育てについて、食事の事、健康の事、睡眠の事やお友達の事等、なんでもお気軽にご相談ください。園庭開放やつどいでもお話を伺いますが、電話によるご相談、また来園してのご相談もお受けしております。

月曜日から金曜日 9:00~16:00 TEL: 042-401-6951

栄養士より ぱくぱく・もぐもぐ

～ 春野菜の紹介 ～

暖かな春の日差しを浴び、春野菜も少しずつ出回ってきました。今回は春キャベツを使ったレシピをご紹介します。

春キャベツ

《選び方》

形が良く、巻きがふっくらとしたものが良いです。



《レシピ①》 春キャベツのスープ煮（4人分）

春キャベツ…1/2ヶ 人参…1/3本 玉ねぎ…1/2ヶ ベーコン…2枚 コンソメ…2ヶ 塩…少々

- ①キャベツは一口大、人参は乱切り、玉ねぎは1cm幅のスライス切りに、ベーコンは2cmに切る。
- ②鍋に水（約4カップ）・人参・コンソメを入れて火にかける。柔らかくなったら、キャベツ・玉ねぎ・ベーコンを加えて、野菜に火が通ったら塩で味を調える。










《レシピ②》 春キャベツとみかんのサラダ（4人分）

キャベツ…1/2ヶ きゅうり…1/2本 みかん缶…100g レーズン…10g 塩…少々
★フレンチドレッシング（酢…大さじ2 さとう…小さじ1 油…大さじ2 塩…少々）

- ①キャベツは一口大に切りさっと茹でる。きゅうりはスライス切りにして塩もみしておき、レーズンは湯通しをしておく。
- ②ドレッシングの材料を合わせる。
- ③①のキャベツときゅうりの水気を絞り、レーズンとみかんを加えて味を見ながらドレッシングを和えて完成。

看護師より すくすく・のびのび

4月になり、新しい年度が始まります。1つお兄さん、お姉さんになるお子さんの生活習慣をもう一度見直してみてもいかがでしょうか。

早起き早寝をしていますか？  おはよう! 	外から帰ったら手洗いやうがいをしていますか？ 	朝食はきちんと食べていますか？ 
つめはこまめに切っていますか？ 	テレビやゲームは時間をきめますか？ 	普段から外で元気に遊んでいますか？ 
十分な睡眠がとれていますか？ 	おやつの時間を決めていますか？ 	毎日うんちがでていますか？ 