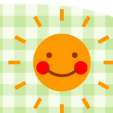




今年は桃・プラムが豊作でした！

地域の子育て情報

8月号



トムソーヤ

令和5年8月1日発行



トマトも食べごろです。



暑中お見舞い申し上げます。

日差しが一段と厳しくなりましたが、空の青さには爽快感を感じます。冷たいものが美味しく、気持ちよく感じますが、クーラーの下で冷風に当たり体の不調が出てくる時期でもあります。体を温める食べものを上手に取り入れながら体を冷やし過ぎないようにしましょう！



ベビーマッサージ



お子さんと一緒にゆっくりとした心地良い時間をすごしませんか？

・9月7日(木) ・11月9日(木)

- ・10:00~11:30
- ・親子3組
- ・持ち物【バスタオル・お茶(赤ちゃん用)】
- ・予約制(電話にてお申し込みください)

9月の園庭開放

9月6日(水) 9月20日(水)
9月13日(水) 9月27日(水)

* 20日は身体計測を行います

* 11:00~12:00 * 1日3組まで

* 雨天中止

* 各日、2日前の月曜までに電話にてお申し込みください

* 感染症の流行により中止になる場合もあります

暑い夏を美味しく乗り越えよう！ Let's try cooking!



いつもの「豚肉の生姜焼き」に『梅干し』を入れてみませんか？「豚肉」「梅干し」「ショウガ」で、夏バテを防止しましょう！



梅肉入りしょうが焼き



<材料4人分>

- ・豚こま肉…400g
- ・梅干し(大)…2コ
- ・しょうゆ…大さじ2
- ・酒…大さじ2
- ・みりん…大さじ2
- ・水…大さじ2
- ・すりおろししょうが…大さじ2
- ・砂糖…小さじ1/2
- ・油…適量

<作り方>

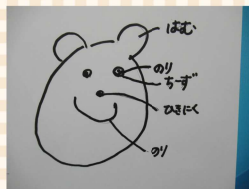
①梅干しは種を除き、包丁で軽くたたいてボウルに入れ、[A]の残りの材料とよく混ぜ合わせておく。

②フライパンに油を熱し、豚肉を入れて中火で炒める。肉の色が変わったら、[A]を加え、豚肉にからめながら焼く。

- * 青じそを添えると風味が増します
- * 梅干しは(しょっぱい)・ハチミツ入りの甘い(等)お好みの物をどうぞ。

こばとのおにぎりプロジェクト

6月号でお伝えしました「おにぎりプロジェクト」5歳・男の子たちの考案した「シロクマのおにぎり」が6月16日のおやつに登場しました！



シロクマの耳はハム、中には大人気のツナが入っています。



ゴマで目や鼻をつけましたが、小さいゴマをつまんで、思っていた場所につけるのがとても大変そうでした。

同じく5歳・女の子が考えた「キラキラハートちゃんおにぎり」は7月4日に登場しました！



ピンク色のご飯の中にはツナが入っています。枝豆の緑色が鮮やかです。



ハートの形にするのは意外と難しく、何度も何度も試行錯誤しながらハートを握っていました。(ラップを使用しています。)

シロクマもハートも美味しくいただきました！

