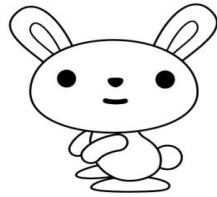
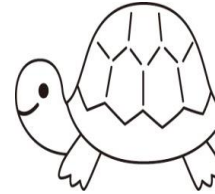


砂町保育園  
子育て通信情報誌  
第120号(夏号)



# にこにこ きっず



平成28年7月発行  
砂町保育園子育て応援団  
TEL 3644-6722

<http://sunamachi-hoikuen.org>

暑い日が多くなってきました。お祭りやプール、レジャーなど、子どもの関心をひくイベントが目白押しの夏！疲れやすい季節なので、思い切り遊んだあとはたっぷりと睡眠もとって健康に過ごしていきましょう。

## ☆運動会のかけっこに参加してみませんか？☆

日時：10月1日(土) 午前中

場所：砂町小学校校庭(雨天の場合は体育館で行います)

対象者：ヨチヨチでもあんよのできるお友達♪

就学前の未就園児(10名)

なお、「児童交流」(小学生20名)の競技も予定しております。

※参加希望の方は保育園までご連絡ください。TEL 3644-6722

## ☆保育所体験



同じ年齢のお友達クラスに入って親子で保育園の生活を体験してみませんか！

8月 9日(火) 水あそび 0、1才児限定 給食あり

9月 6日(火) 運動あそび 給食あり

11月 8日(火) 給食あり

※お申し込み方法：3日前までに電話にてお申し込みください。

(受付時間：PM1:30~3:00)

※各クラス1組(先着順)

※午前おやつ(牛乳)代、給食代は自己負担になりますので  
ご了承ください。

牛乳代…20円 給食代(離乳食を含む)お子様…285円

保護者様…350円

## ☆園庭開放



9月12日(月) 運動あそび

10月17日(月) 体操あそび ※7、8月はお休みです。雨天の場合は中止となります。

## ☆にこにこ登録

0歳~小学校就学前のお子様をお育てになっている方が対象でお名前や住所等を伺って保育園に登録します。

ご登録いただいた方にはカードを発行します。砂町保育園の子育て支援活動に参加して頂くごとに1ポイントとなり、ポイントが貯まった方にはプレゼントをご用意しています！

また、行事のお誘いや季節のおたより等も発送いたします。

## ☆育児相談(平日10:00~17:00)

お電話での相談も受け付けております。

お気軽にお電話ください！



## ☆児童交流

すいか割り 8月1日(月)

10:00~11:30 小学生10名(要予約)

遊びにきてね！



## ☆フレママ、パパ体験 AM9:30~11:30頃

7月28日(木)、8月30日(火)

9月 9日(金)、10月28日(金)

※対象：現在妊娠中又は生後4か月前後のお子様を持つ  
ママ、パパ、及び将来ママ、パパになりたい方の  
参加大歓迎！！

※内容：授乳やおむつ交換、離乳食の試食等

※毎月1組(電話にてお申し込みください)



保育園で子どもたちにも  
大人気のレシピを紹介  
いたします♪



## 夏バテ防止のレシピ

夏野菜のなすを使ったレシピも紹介  
します。夏野菜には体を冷やしてく  
れる効果があるんですよ！



いよいよ夏本番！暑さが厳しくなると体も疲れやすく夏バテや熱中症に気をつけなければいけません。  
そこでそんな暑い夏をのりきる簡単で栄養満点のメニューをご紹介します。十分な栄養をとって暑い夏を元気に  
楽しい思い出がたくさん作れるといいですね。ぜひお試しくださいませ☆

### ☆さかなのマリネ☆

《材料》(幼児2人分)

- かじきマグロ 40g×2切れ・小麦粉 適量
- たまねぎ 1/2個
- 油 大さじ3
- 塩/こしょう 少々
- トマト 1/2個
- 酢 大さじ3



### ☆豚肉のスタミナ炒め☆

《材料》(幼児2人分)

- 豚肉 70g
- 人参 10g
- ニラ 15g
- 玉ねぎ 60g
- なす 15g
- にんにく 2g
- しょうが 4g
- 油 小さじ1
- 酒 大さじ1
- 砂糖 小さじ1, 1/2
- しょうゆ 小さじ1
- 白ごま 小さじ1
- 片栗粉 小さじ1, 1/2

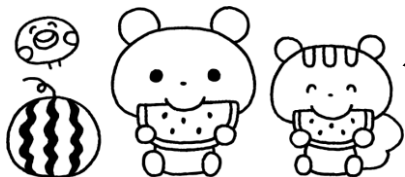
《作り方》

- ① にんにく・しょうがはみじん切りにし、にんじんは短冊切り、玉ねぎはスライス、にらは3cmほどの長さに切る。なすは1cm程のいちょう切りにし、水に浸けてあくをとる。
- ② フライパンに油を入れ、にんにく・しょうがを加え香りが立ったところで豚肉を入れる。野菜を入れ、火が通ってしんなりしてきたら調味料を加える。
- ③ ひと煮立ちしてきたところで、白ごまを加え水で溶いた片栗粉を加えとろみをつけて出来上がり。

《作り方》

- ① かじきマグロに塩・こしょう少々を振り、下味をつける。
- ② 玉ねぎ、トマトをみじん切りにする。玉ねぎは水にさらし、辛みをとる。
- ③ ①に小麦粉をつけ、油で揚げる。
- ④ ②を合わせ、油と酢、塩、こしょうで調味し、マリネソースを作る。
- ⑤ ③で揚げたカジキマグロに、④で作ったマリネソースを上にかける

トマトのサッパリとした味が  
食欲を増進してくれます☆  
夏にピッタリメニュー！！



☆秋号は防災グッズについての特集を予定しています！