



# ラブリー

2020年2月号

今年は暖冬で、寒い、寒いとは言え、例年に比べると過ごしやすい冬ですね。大人は雪が降らなくて助かっていますが、子どもたちは雪遊びができず、物足りなさを感じてしまいますね。冬にしかできない遊びなので、これから降ることを期待したいものです♪

みなさんは風邪等ひいていませんか？希望園では、今のところインフルエンザの流行もなく、みんな元気いっぱいです。このまま油断せず、手洗い・うがい・十分な休息と栄養を摂って、寒い冬を元気に過ごしていきましょうね。《子どもは風の子》という言葉の通り、大人が寒がっていても子どもたちは元気いっぱい、外でも元気に駆け回っています。つつい厚着にさせてしまいがちですが、子どもは大人よりも体温が高いので、室温や活動量に合わせて衣服の調節をしていけると良いですね。薄着は丈夫な身体作りにもつながっていきます。希望園のお友だちも、薄着裸足保育で元気に過ごしていますよ！今月もラブリーデーや料理教室でみなさんにお会いできるのを楽しみにしています。たくさん遊びに来てくださいね♡

担当 石館・細川



## ラブリーデー 2020年1月20日(月)



2020年初めのラブリーデーは、0・1歳のお友だち対象でした。15家庭27名の親子が集まってくれました。かわいい赤ちゃんたちが大集合しての癒しの新年1回目となりました♡新年初のラブリーデーでは、オープニングに4歳児クラス子ども達が、朝の連続ドラマ小説「なつぞら」の主題歌だった「優しいあの子」の歌を発表してくれました。なかなか難しい歌を上手に歌ってくれたはと組さん。大きな拍手をいただき、とても嬉しそうでしたね。ご清聴ありがとうございました。その後は、大好きな『アンパンマン体操』からスタート！アンパンマンのパペットに触りたくてキャー♪と歓声を上げて喜んでくれるお友だちもいました。次の『おやつをたべよ』も人気の体操でことばの語尾に合わせた身体の動きが面白い体操なのですが、先生たちの動きをよく見て真似してくれる姿がたまらなくかわいいので、つくみ先生もあみ先生もお気に入りの体操です。そして新曲であり、お友だちには既におなじみの『からだダンダン』では、イントロが流れただけで「あ！しってる～」と言わんばかりのキラキラの表情になっていたお友だちとお母さん達！親子でノリノリで体操してくれてとても嬉しかったです♪触れ合い遊びでは、『バスにのって』スカーフ遊びは『ねこのしっぽ』『にこにこにっこり』をしました。お膝に抱っこで触れ合ったり、向かい合って目を合わせて遊ぶと自然と笑顔になって幸せな時間になりますね。目を見つめあって何かをする時間、肌と肌を触れ合わせる時間、ギュッとする時間、今の時期たくさんしてあげてほしいと思います♡♡



今月の出し物は、お正月は過ぎてしまいましたが、もっとお餅が食べたかったぶたさんと一緒にもちつきをする参加型シアター！手作りの臼と杵でもちつきごっこをしました。つくと餅がびよ〜んと伸びる仕掛けに「おお〜！」と歓声もいただき、ぺったんぺったんと楽しく参加してくれました。製作では、福笑い風に雪だるまを作って、その背景に餅つきぺったん繋がり(笑)スタンプ遊びをしました。雪だるまは土台となる雪の身体と頭を貼り付けるところからスタートし、目や鼻、口と顔のパーツを貼っていきました。目隠しをしている訳ではありませんが、お子さん達の自由な発想を尊重し、それぞれに味のある雪だるまが完成していましたね。お楽しみのスタンプ遊びでは、シャボン玉の吹き口やトイレトペーパーの芯、ボール紙を丸めたもの、ペットボトルキャップにスチレン皿を切り取って型を作ったスタンプを用意してたくさんスタンプしてもらいました。絵の具がパタパタする感触や紙にスタンプしたときに



## 育児講座 ~親子でリズム遊びをしよう♪~

2020年1月24日(金)



今年度2回目の育児講座は親子一緒に楽しめる内容で開催しました。アンケートでも要望が多かった内容ということもあってご予約の電話をたくさんいただき、25家庭54名の親子が参加する講座となりました。会場の収容人数の都合でお断りさせていただいたご家庭には申し訳ありませんでした。今回は、出花にある「マイダンスショップ」というダンススタジオから高橋由紀子先生と櫻井由美先生のお二人を講師にお招きして、身体を動かしてリフレッシュできるストレッチや身体表現の楽しさを教えていただきました。子どもだけでなく大人も一緒に全身をほぐして身体を動かすことができたり、脳と筋肉のつながりから意識して身体を動かすことの大切さ、さらには親子の関わりやスキンシップの大切さを先生の子育て談も交えて、楽しく分かりやすくお話をいただきました。あっという間の1時間でしたが、身体だけでなく心も温かくなり、親子でリフレッシュできた良い時間となったかと思えます。アンケートにもたくさんの嬉しい感想が聞かれ、大好評でした。また企画できるといいなあと思った担当でした。



# 料理教室

## ～節分メニュー～

### ★鬼の子のりまき★



節分メニューといえば、恵方巻が定番となりましたが、今回はお子さんでも食べやすい細巻きと鬼が苦手なイワシを使ってイワシのつみれ汁、豆まきの大豆を使ったメニューを作りました。レシピを紹介します！今年の節分にぜひ作ってみてくださいね。

### ★いわしのつみれ汁★



### ★大豆の甘辛揚げ★

#### ＜材料＞(1本分)

- ・焼きのり 1/2枚
  - ・ごはん 茶碗軽く1杯
  - ・ウィンナー 1本半
  - ・卵 1/2個
  - ・きゅうり 1/8本
- ～飾り付け～  
焼きのり、黒ゴマ、ケチャップ



#### ＜作り方＞

- ①きゅうりは半分の長さにし、縦に8等分する。ウィンナーは茹でるか焼いて加熱する。卵は炒り卵にする。
- ②半分の切った焼きのりを縦長に置き、ごはんを広げる。(奥は1cmほどあけておくときれいに巻ける)
- ③手前から2～3cmのところにきゅうり、炒り卵、ウィンナーの順に重ねる。手前から一気に具材を巻き込み、そのまま最後まで巻いていく。ラップに包んで5分程なじませる。
- ④濡らした包丁で2cm幅で切る。断面が見えるようにさらに置いたら、鬼の顔の飾り付けをする。

#### ＜材料＞(8人分)

- ・いわし 2尾
- ・塩 ひとつまみ
- ・卵白 1/2個分
- ・生姜チューブ 小さじ1
- ・人参 1/2本
- ・大根 5cm
- ・白菜 1枚
- ・長ねぎ 10cm
- ・だし汁 1200ml
- ・みそ 50g

#### ＜作り方＞

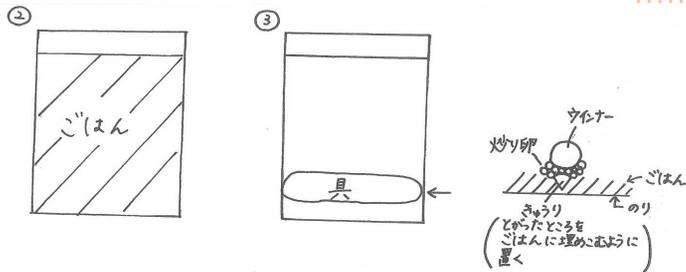
- ①人参・大根はいちょう切り、白菜はざく切り、長ねぎはななめ切りにする。
- ②頭、内臓、背骨、尾をとったイワシを包丁でたたく。小骨の感触がなくなったらボウルに入れ、塩を加えて混ぜる。少し粘り気が出たら生姜と卵白を加えてさらによく混ぜる。
- ③だし汁に人参、大根を入れて煮る。柔らかくなったら白菜と長ねぎを加えて、さらにひと煮立ちさせる。
- ④沸騰しだし汁に、②のイワシをスプーンで一口大に丸めながら入れる。
- ⑤つみれに火が通ったら、みそを溶かし入れ味を整える。

#### ＜材料＞(4人分)

- ・大豆水煮 80g
- ・さつまいも 100g (約1/4本)
- ・片栗粉 適宜
- ・サラダ油 適宜
- ・しょうゆ 各小さじ1
- ・砂糖
- ・みりん

#### ＜作り方＞

- ①さつまいもは皮つきのまま洗って5mm角(大豆と同じぐらいの大きさ)に切って素揚げする。
- ②大豆水煮は水気を切り、薄く片栗粉をまぶして揚げる。
- ③フライパンに調味料を入れ、ふつふつ温まってきたら、揚げた大豆とさつまいもを加え、たれを絡めながら炒る。水分がなくなったら出来上がり。



### ★ラフリーデー★

●2月13日(木)

2歳以上のお友だち対象

10:00～11:30

～ひな飾りをつくろう～

\*参加費：無料です。

\*駐車場：玄関前または園庭です。

### ★料理教室★

10:00～11:30

●2月5日(水)

「☆冬野菜を使った和食メニュー☆」

●参加費：無料 \*託児あり

●持ち物：三角巾、エプロン

●2月18日(火)

「ひな祭りメニュー★親子クッキング」

●2歳以上のお友だちが対象となります。

●参加費：無料 \*託児なし

●持ち物：三角巾、エプロン



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	園庭開放	園庭開放	料理教室	園庭開放	園庭開放	
9	10	11	12	13	14	15
	くれよん サークル	建国記念の 日	園庭開放	ラフリーデー (2歳～)	園庭開放	
16	17	18	19	20	21	22
	園庭開放	料理教室	つるがや サークル	園庭開放	あんよ サークル	
23	24	25	26	27	28	29
	振替休日	原町 サークル	園庭開放	園庭開放	園庭開放	

いずれのイベントも予約が必要です！キャンセルの場合もご連絡ください♪