



# 12月 あさかぜ保育園子育て支援センターだより



今月はイベント  
ごとに場所が  
変わります！！

社会福祉法人創造  
あさかぜ保育園内地域子育て支援センター

三原市沼田東町片島249-3  
TEL 60-9288

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1	2
				『お店屋さんごっこ』
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
『てがた・あしがた・ deco』	『えいごであそぼう！！』			
19	20	21	22	23
		『お〜ちゃるさんと あそぼう！！』	制作『羽子板づくり』 『1月イベント受付』	
26	27	28	29	30

Kouiti 先生と一緒に  
英語に触れて楽しみましょう！！  
テーマはクリスマス。サンタさんが  
やってくるっ？!

(1歳以上)

場所：神明ホール



『てがた・あしがた・  
deco』

尾道で活躍されている  
「ベビー&ママ hahaco」の前先生に  
来ていただき子どもさんの手形や  
足形を使って素敵な作品を  
作っていただきましょう。

(0歳、1歳以上)

場所：人権文化センター(和室)



1部(0歳)ベビーマッサージ  
持参物：オイル代200円  
バスタオル  
一人用レジャーシート  
(ある方のみ)

2部(1歳以上)親子ストレッチ  
持参物はありません。



オーチャルさんと親子で  
心も身体もストレッチ！！  
(0歳、1歳以上)  
場所：神明ホール



12月のイベント受付  
11月24日木曜日  
14時からです。

○イベントは2部制で行います。記入する書類がありますので開始時間  
より早めにお越しください。各定員5組までです。

1部：10:00～10:30

2部：11:00～11:30

○新型コロナウイルス感染症の拡大次第では会場の変更、  
中止の場合もあります。



いろいろな素材を使った品物が  
並びますよ。何を買おうかな!?  
(1歳以上)  
場所：あさかぜ保育園  
持参物：買い物袋か紙袋



オリジナルの羽子板を作って  
羽付きを楽しみましょう!  
(1歳以上)  
場所：人権文化センター  
(大会議室)

## 園庭・室内開放について

内容：園庭開放・室内開放

時間：園庭開放) 9:30~11:30 15:00~16:00  
室内開放) 15:00~16:00

定員：5組（申し込みが必要です）

申込：当日9:00~10:00

電話で申し込みをしてください。その際、名前・電話番号などをお聞きます。

電話番号：60-9288

※園の行事などの都合により、開放していない日もありますので予めご了承ください。

※コロナ感染拡大によっては中止になることがありますので、園へお問い合わせください。

## 利用のお願い（感染拡大防止）

- ☆体調管理：発熱・かぜ症状があるときは利用出来ません。
- ☆3密の回避：密集しないように、人数制限を設けています。
- ☆咳エチケット：マスクの着用をお願いします。
- ☆手洗い：利用開始前後に手洗いまたは手指消毒を必ずお願いします。
- ☆人との間隔：できるだけ2メートル（最低1メートル）間隔をとりましょう。
- ☆会話：真正面にならない。大声での発声、接近した会話をしないようご協力ください。
- ☆ゴミについて：ゴミの持ち帰りをお願いします。鼻汁・唾液などがついたゴミはビニール袋に入れ密閉して縛り持ち帰りましょう。

## 旬の食材

### 大豆

大豆の旬は、朝晩が冷えこむ秋から冬にかけてです。

国内でもっとも多く生産されているのが黄大豆でほかに

黒大豆や青大豆などがあり、

「畑の肉」と呼ばれるほど

たんぱく質が豊富です。五目豆などの

和食のほか、カレーライスやサラダなどの具材に

してもよいでしょう。



### ごぼうと大豆のごはん（子ども1人分）

こんなレシピは  
いかがですか？

#### ◆材料（1人分）

米 ..... 50g (1/3合)

にんじん ..... 5g

ごぼう ..... 10g (1/10本)

しめじ ..... 10g

A { みりん.....3g (小さじ1/2)

酒 .....2g (小さじ2/5)

しょう油.....2g (小さじ1/3)

大豆（ゆで）..... 15g

#### ◆作り方

①米は炊く30分前に研いで吸水させ、ザルにあげる。

②にんじんは千切り、ごぼうはさがきにし、しめじは子房に分け、かさの大きいものは縦に割る。

③炊飯器に①とAを入れて通常の水加減にし、②と大豆を入れて炊く。

※大豆を食べる際は年齢に応じてつぶすなどして提供してください。

※『いただきます ごちそうさま 2022 秋号』より引用