

とちの実 支援センターだより

2023年 4月号 NO.163

庭のすいせんも咲きはじめ、山形もだんだんと春めいてきましたね。

4月は、新年度が始まり たくさんの人との出会いの季節です。子育てをする人同士が交流しあえる場として支援センターがあります。子育てする楽しみや悩みなどを 気軽に語り合ったり、お家の方同士が 交流し合いながら子育てに対する楽しさをより感じられるといいですね。

ぜひ、遊びに来てくださいね。お待ちしております。

これから、だんだん暖かくなると とちの実の近くにある南公園では、自然に触れて探索を楽しむことができますよ。池の周りには、遊歩道になっていて斜面を登ったり尻滑りが楽しめます。芝生で ハイハイをしたり、木の陰に隠れてみたり「マテマテー」と追いかけたり、一步一步 確かめながら自分のペースで歩いてもいいですね。池には、カモが泳いでたり、お花が咲いてたり、地面にある大きな石をひっくり返すと、ダンゴムシやワラジムシ・ハサミムシがいますよ。

まだまだ風は冷たく感じる日もありますが、暖かい陽ざしに誘われ外に出かけていく元気な子どもたちの姿を支えていきたいと思います。今年度も、よろしくお願いいたします。

☆ 子どもたちの 人気メニュー ☆

< 豆入りカレー >

(4人分)

◦ 米	◦ にんじん 150g	◦ りんご 1/4
◦ 金時豆 150g	◦ セロリー 100g	◦ トマトジュース 100cc
◦ 豚ひき肉 300g	◦ 生姜・にんにく 1かけ	◦ 昆布 少々
◦ 玉ねぎ 300g	◦ 塩こしょう 10g	◦ カレー粉 5g

< 作り方 >

1. 金時豆は、前日から水で戻しておく。翌日 1.5時間くらい やわらかくなるまで煮る。
2. 野菜をすべて みじん切りにする。
3. 鍋に、にんにく・生姜を入れて炒めて、肉を加える。②を加えて、すりおろしたりんご・トマトジュース・カレー粉・昆布を加えて煮る。
4. お好みで、はちみつを加えて できあがり。

< マーボー豆腐 >

◦ 木綿豆腐 1丁	◦ 長ねぎ 1/2	◦ みそ 小さじ1
◦ 豚ひき肉 150g	◦ しょうが 1かけ	◦ さとう 小さじ1
◦ 干し椎茸 2~3枚	◦ にんにく 1かけ	◦ しょうゆ 小さじ1
◦ 玉ねぎ 1/4	◦ ごま油 少々	◦ かたくり粉 小さじ2

< 作り方 >

1. 干し椎茸は、水で戻しておく。
玉ねぎ・長ねぎ・しょうが・にんにくは、みじん切り。豆腐は、2センチ角切りにする。
2. フライパンに、ごま油を熱し にんにく・しょうがを炒め玉ねぎ・長ねぎを加える。
3. 豚ひき肉・干し椎茸を加えて、炒める。
調味料を加えて、水を少々入れて 火を通す。
4. 豆腐を入れて煮たら、水溶き片栗粉でとろみをつける。



< 大きくなったかな >

どのくらい大きくなったかな… ♪ いつでも、身長・体重の測定をしています。
身体測定カードを（1年間）準備しています。☆ 気軽に、声をかけてくださいね。

※ 4月の予定については、すくすくネットをご覧ください。

「利用にあたってのお願い」

- 利用人数把握のため、事前に電話連絡をお願いします。
- アルコール消毒液で手指の消毒をお願いします。
- マスクの着用は、3/13以降 個人の判断でお願いしています。
- 検温、健康チェック票の記入をお願いします。
- 他の人との身体的距離(最低でも1m)をとった行動をお願いします。
- 飲食は、ご遠慮ください。
- 風邪症状のある方は利用を控えて下さい。

とちの実保育園 支援センター 山形市南四番町3-11 TEL023-666-8899