

あけましておめでとございませう



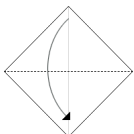
元気で
笑顔いっぱい的一年
になりますように！

ことしもよろしくおねがいします

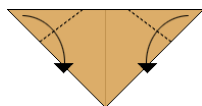
今年はいヌ年！

折り紙で作ってみよう！

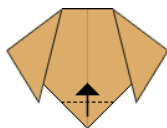
①点線で半分に折ります



②点線で折ります
(あらかじめ半分に折り目をつけておくと良いですよ！)



③点線で折り上げます



④目と鼻を書いたらできあがり！



薄着のすすめ

寒さに負けない体づくり、皮ふをきたえるために、薄着で過ごしましょう。厚手の服を着るより薄手の服を2枚重ねて着るほうが暖かく感じ、また調節もしやすくなります。子どもの洋服は大人よりも1枚少なく！が目安です。

室内では半そで下着+長そでTシャツまたはトレーナー、外に出る時は動きやすいジャンパーをはおって出かけましょう！

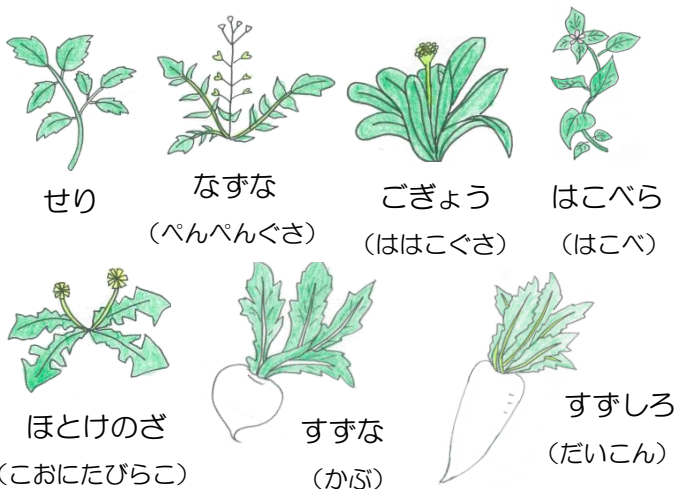


1月7日は無病息災を願います

七草粥

を食べよう！

七草にはビタミンA B Cやカルシウムなどミネラル類が豊富です。お正月のご馳走で疲れた胃腸を休め心も体も元気になりましょう☆



七草粥の材料 (大人2人分・子ども2人分)

- ・米…1合 (1カップ) ・塩・しょうゆ…適量
- ・水…900ml (4.5カップ)

☆かつおだしを入れると子どもも食べやすくなります♪

・七草… (市販のパックを使うと簡単に作れます)

- ①スズナ(かぶ)、スズシロ(大根)は、いちよう切りにしてゆでる。
- ②鍋によくといた米と水を入れ火にかけ、沸騰したら弱火で30分~40分煮込む。
- ③②に塩、しょうゆ、きざんだ七草を加える。
- ④七草がしんなりしてきたら全体をまぜて出来上がり！！

第32回 全国保育所

給食セミナー in 神奈川

しよくちから

知ってみよう！明日のための食力

~安全・安心・おいしい・たのしい~

給食セミナーは、給食室の職員たちが「学び場がほしい！」と願ったことから、生まれたセミナーです。給食も保育の一環として、保育者も給食室職員も保護者も共に学び交流することを目的に、毎年実行委員会をつくり準備しています。みんなで子どもの発達と食について学びましょう。



日時：2018年1月27日(土)~28日(日)

会場：1日目(全体会) 神奈川県立音楽堂

2日目(分科会・講座) 神奈川大学

参加費 1日参加 3,500円

両日参加 6,500円

保育所や給食に限らず、子どもの食に携わる方、興味のある方、みんなでつながりましょう！お申し込み・お問い合わせはあおぞら各園にご連絡ください。