

たんぽぽだより

神原保育園 子育て支援センター TEL 0836-21-6484
2020年 10月号

朝夕は涼しく、日中は心地よい秋風を感じられるようになってきました。
外あそびをするには、最高の季節到来です！衣服の調節に気をつけながら、
秋の自然にふれて、しっかりからだを動かして楽しみましょう！！

おにぎりやおやつを持って出かけ、外あそびのついでに、ピクニック気分で
食べるのもいいですね。

周辺の新型コロナウイルスの感染状況も、落ち着きつつあるようです。

子育て支援センターでは、毎週水曜日に「プレーパークに遊びに行こう！」
を始めます。こんなにいい気候なんだもの！お外で遊ばなくっちゃ！

詳しくは職員までお尋ねください。お待ちしております。



たんぽぽだより特別号⑨のお知らせ

毎回みなさんからのご相談に、Q&Aでお答え
している特別号です。

今回は、「子どもへの接し方」についてです。
宇部市のホームページでご覧いただけます。
バックナンバーも掲載中です！



秋といえば、「食欲の秋」。そこで保育園の人気メニューを
2品ご紹介します。意外となすびが苦手な子が多いですが、
「マーボーなす」風に調理すると、美味しく食べることが
できるようです。

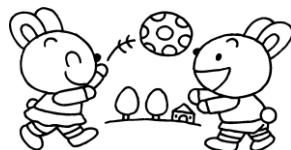
【コロコロなす丼】(3人分)

豚ひき肉 90g
なす 2本(さいの目切り)
たまねぎ 1/2個
人参 3cm
ピーマン 1/2個
油 小さじ1

大きめの
みじん切り

A
ごま油 小さじ1と1/2
みそ 小さじ2
砂糖 小さじ2
しょうゆ 小さじ1と1/2
片栗粉 小さじ1

- ①フライパンに油をひき、玉ねぎ、人参、ピーマンを炒める。
- ②火が通ったら、ひき肉を加えて炒める。色が変わったら、なすを加える。
- ③なすに火が通ったら②によく混ぜ合わせたAを入れ、最後に水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。



【豆腐の中華風煮】(3人分)

豚肉 45g
豆腐 1/2丁
チンゲン菜 1/2株(1cm巾切る)
人参 3cm(いちょう切り)
ゆでたけのこ 少々(短冊切り)
玉ねぎ 1/2個(食べやすい大きさ)
干ししいたけ 1枚(戻して千切り)
うずら卵 3個
油 小さじ1/2

B
ごま油 小さじ1/2
砂糖 小さじ1
しょうゆ 小さじ1
片栗粉 小さじ1

- ①干ししいたけを戻しておく。
- ②なべに油をひき、にんにくを入れて、香りが出たら玉ねぎ、人参を炒める。
- ③②に豚肉を加えて、火が通ったら、ゆでたけのこ・しいたけ・チンゲン菜を加えて炒める。
- ④③に水をかぶる程度入れて煮込む。
- ⑤野菜が柔らかくなったらBを入れ、豆腐とうずら卵を加え、ひと煮立ちさせる。
- ⑥最後に、水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。

2020年		サロンたんぽぽ		職員出張	
10月	午前の部 (10:00~11:30)	午後の部 (13:30~15:00)	午前の部	午後の部	
1 木	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)	楠サークル	3歳児健診	
2 金	赤ちゃんサロン(要予約)	OPEN(要予約)			
3 土	神原保育園うんどうかいの為、サロンはお休み				
4 日					
5 月	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			子育てパートナー養成講座
6 火	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)	宇部サークル		
7 水	サロンはお休み	OPEN(要予約)外遊び	スキップクラブ	プレーパーク	
8 木	OPEN※(下記参照)	OPEN※(下記参照)	子育てリフレッシュモデル事業		
9 金	赤ちゃんサロン(要予約)	OPEN(要予約)			
10 土	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
11 日					
12 月	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
13 火	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)	宇部サークル	3歳児健診	
14 水	OPEN(要予約)外遊び	OPEN(要予約)外遊び	プレーパーク	プレーパーク マタニティサロン	
15 木	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
16 金	赤ちゃんサロン(要予約)	OPEN(要予約)			
17 土	OPEN(要予約、園庭開放)	OPEN(要予約)			
18 日					
19 月	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
20 火	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
21 水	サロンはお休み	OPEN(要予約)外遊び	スキップクラブ	プレーパーク	
22 木	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)	楠サークル	3歳児健診	
23 金	赤サロ(要予約・栄養相談)	OPEN(要予約)			
24 土	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
25 日					
26 月	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
27 火	OPEN※(下記参照)	OPEN※(下記参照)	子育てリフレッシュモデル事業		
28 水	OPEN(要予約)外遊び	OPEN(要予約)外遊び	プレーパーク	プレーパーク	
29 木	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			
30 金	赤ちゃんサロン(要予約)	OPEN(要予約)			
31 土	OPEN(要予約)	OPEN(要予約)			

わらべうたで遊ぼう



ぎっちょ りっちょ

ぎっちょ りっちょ
こめつけ こめつけ
ぎっちょ りっちょ
こめつけ こめつけ
こめつけた

こめついたら

こめついたら はなそう
こめついたら はなそう

はなした!



神原保育園 子育て支援センター

宇部市琴芝町二丁目3番30号

✉ kamiho-sien@city.ube.yamaguchi.jp

TEL 0836-21-6484

相談日 月曜日から土曜日

時間 8:30~17:00 まで

* 予約は2週間前からです。(※8日と27日は、1週間前からの予約になります)

* プレーパークは予約不要です。サロンの時間帯に、神原公園で一緒に遊びましょう。

* 園庭開放については、職員までお問い合わせください。

* スキップクラブは、子育て世代包括支援センター(Ubeハピ)との連携事業です。