



2023年度

らっこぐみだより

12月号

富田林市立大伴保育園 0721-23-6579

園庭を吹き抜ける風も冷たくなり、木々の葉っぱも寒そうに揺れて舞っています。園庭には、保育園の子どもたちの寒さに負けない元気な声が響いています。

12月は「クリスマス会」を予定しています。ぜひ参加してくださいね☆（詳細は下記に記載しています）



《遊びにおいでよ！とっぴー広場(園庭開放)》

<12月>

| | | | | |
|---|---|-----|----|----|
| 月 | 4 | 11 | 18 | 25 |
| 水 | 6 | ☆13 | | |

☆13日は誕生会です。

とっぴー広場に参加のお友だちやみんなでお祝いします♪
誕生月のお友だちにはカードのプレゼントがあります。

○時 間…9:30~11:00 (出入り自由です☆)

○持ち物…着替え、帽子、水筒、タオル

(帽子と水筒は保護者分もお持ちください)

○服 装…動きやすく汚れても良い服装で来てください。

Web サイト TonTon の園庭開放
ページに直接つながる二次元コード
があります！

こちらのページには富田林全域の
園庭開放の情報が掲載されていま
す。是非チェックしてください☆



子育てをしている保護者のみなさんへ
子育てについてどんなささいなことでも気軽に
お電話ください。
《電話相談》 ※匿名可
★月曜から土曜まで毎日受け付けています。
★時間：10時~16時
★電話：23-6579 担当 塚脇

ユズとカボチャ

冬至の日はユズ湯に入って温まり、カボチャを食べて無病息災を願います。ユズにはビタミンCが豊富に含まれていて、食べるとかぜをひきにくくなり、血行促進や鎮痛作用があります。また、「融通が利きますように」という意味も込められています。

カボチャはビタミンEやβカロチンが豊富で、老化防止や免疫力を強化します。昔は、野菜が少なくなる冬のときに栄養をとるため、夏に収穫したカボチャを冬まで取っておいて食べたそうです。



保育園の給食レシピ 生鮭の幽庵焼き

材料(大人2人、子ども3人分)

- ・生鮭 5切 (1切60g)
- ・油 小さじ1/2
- 薄口醤油 小さじ5
- ④ みりん 小さじ2+1/2
- 酒 小さじ1+1/2
- ゆず果汁 少々

(作り方)④を加えた漬け汁に生鮭を30分~1時間位浸け、フライパンに油をひき、盛付けた時上になる方から、焦がさないように焼く。裏返して十分火をとおす。
＝幽庵焼き＝

醤油・みりん・酒を混ぜた汁に浸けてから焼く焼き方で、幽庵という人がこの方法を考えたのでこの名前がある。漬け汁にゆずの薄切りを入れる場合もある。他の柑橘類(すだち等)でも良い。

