卒園児から頂いたりんごの記念樹にたくさんの花が咲きました

地域の子育て情報　**5月号**

トムソーヤ

令和2年5月12日発行

折り紙で作った手作りの五月飾り

色とりどりの花が咲き、子ども達の笑い声が園庭に響いて、心がワクワクする季節ですが、今年は新型コロナウイルス感染拡大を防ぐために『緊急事態宣言』が発令され、感染予防に心を砕く日々です。『緊急事態宣言』の期間が5月31日まで延長となり、収束に向けての身通しが立たない状況です。　こばとCLUBでは、5月と6月に予定していた行事は全て中止とします。再開が決まりましたら、お知らせいたします。

今月のトムソーヤでは、多摩小ばと保育園の栄養士おすすめの手作りおやつを紹介します。お子さんと過ごす時間が長くなる今だからこそ！おうち時間を使って、親子で楽しめる簡単おやつを作ってみませんか？

じゃがもち

材料　（4人分）
- じゃがいも　5個（男爵いもだと潰しやすい）
- 片栗粉　適量
- しょうゆ
- バター

作り方

①じゃがいもは皮と芽を取り沸騰したお湯で茹でる（電子レンジでも可）
②竹串などがスーッと刺さったらお湯を切り熱いうちにマッシャー等で潰す
③片栗粉を加えながら混ぜる（耳たぶ位の固さが良い）
④好きな大きさに成形する
⑤フライパンにバターを溶かし④を両面焼く（きつね色）
⑥しょうゆを絡める
★じゃがいもの中にチーズをいれたり、青のりを混ぜて焼いても美味しいです
★仕上げにきざみのりをトッピングすると、さらに美味しい

もっちりミルクプリン

材料　（4人分）
- 牛乳　600CC
- 砂糖　70g
- 片栗粉　90g
- イチゴジャム　60g

①鍋に牛乳・砂糖・片栗粉を入れよく混ぜる。
②ホイッパー等で全体を混ぜながら、火を中火でかけ沸騰させないように混ぜる。
③とろみがついてきたら、火を止め、耐熱容器等に入れる
④粗熱がとれたら、冷蔵庫に入れ1時間以上冷やす。
⑤イチゴジャムを上（中央）に乗せ完成。
（低脂肪牛乳でも作れます。牛乳よりあっさりとした味になります。）

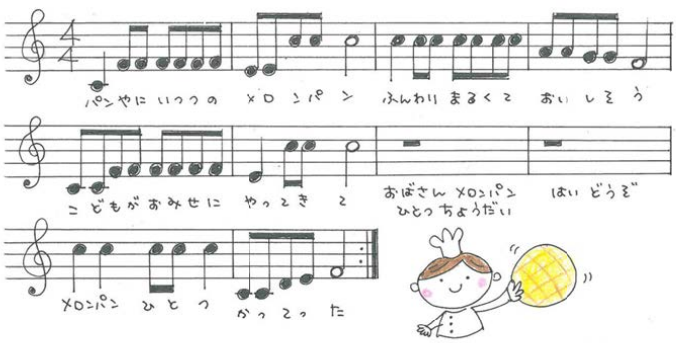
♡「じゃがもち」も「もっちりミルクプリン」も片栗粉を使用して作ります♡

保育園で人気の手遊び紹介

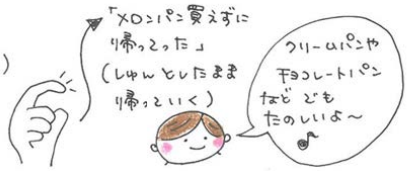
おうち時間をつかって親子でコミュニケーションをとりながら楽しく叫、っおこ
！

オリジナルストーリーを作って、さらに楽しんじゃお♪

5つのメロンパン



※2番から先は メロンパンの数を1つずつ減らしていきます。
※6番（パンやに0（ゼロ）個のメロンパン）
「おばさん メロンパン ひとつ ちょうだい」
「もうないの」
「しゅん（がっかりし、指を下に曲げる）



多摩小ばと保育園　こばとCLUB

八王子市石川町3279番地　Tel042（642）9300

担当　宮澤　松下

イラスト　by 岡野保育