



卒園児から頂いたりんごの記念樹にたくさんのお花が咲きました

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。こぼと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

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

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

もちりミルクプリン



- 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。)

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

♡「じゃがもち」も「もちりミルクプリン」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♪

オリジナルストーリーを作って、さらに楽しんじゃおう♪

5つのメロンパン

メロンパンに5つのおもちゃ
 ぶんわりまるくち おいしそう
 こどもがおみせに やつと
 おばさんメロンパン
 ひつちやうだい
 はいどうぞ
 メロンパン ひつちやうた

- ① 1.メロンパン5つのおもちゃ
XO>1.メロンパン
左手を1.メロンパンに
左右に振る
- ② ふわりまるくち
両手をつまみ丸くち
上から丸をつくる
- ③ おいしそう
両手を
1.メロンパンにあてる
- ④ こどもがおみせに
やつと
- ⑤ 「おばさんメロンパン
ひつちやうだい」
- ⑥ 「はいどうぞ」
- ⑦ XO>1.メロンパン
ひつちやうた

左手は1.メロンパン、右手は差指を
外から中へ動かす
おばさんに
話しかけるように
どうぞ
指を動かす
両手が1.メロンパンにあてる

多摩小ばと保育園 こぼとCLUB

八王子市石川町3279番地 Tel042(642)9300

担当 宮澤 松下



※2番から先は XO>1.メロンパンの音で
1つずつ感らしけます。
※6番(1.メロンパン0(ゼロ)個のXO>1.メロンパン)
「おばさんメロンパンひつちやうだい」
「もうおみせ」
「メロンパン(ぶんわりまるくち)音で下へ曲がる」

「XO>1.メロンパン
ひつちやうた」
(しゅんしゅんまま
ひつちやうた)
「1.メロンパン
ひつちやうた」
「1.メロンパン
ひつちやうた」

Stay home♪～家族で楽しむおうち時間～

イラスト by 岡野保育士