

青葉若葉の輝きに満ちた季節となりました。

「いってきまーす」と元気な声と共に散歩に出かける子どもたち。4歳児クラスで育てているカエルの卵はオタマジャクシになり、この連休中にしっぽが短くなりカエルの姿に近づいてきました。オタマジャクシの卵を見つけた、もえぎ公園では草木や生き物など様々な自然に出会えます。自然の中では子どもたちの五感を刺激してくれるものにあふれています。

また、幼児クラスでは野菜や花などの栽培活動を計画しています。土作りから始める栽培活動での野菜や植物の育つ過程もまた五感を刺激してくれる活動だと思います。この季節ならではの自然や遊びをたっぷりと味わっていく活動を大切にしていきたいです。

保護者会があります

5月後半から、保護者会が行われます。各クラス保護者会に向けて準備を進めてきている所です。年度始めの保護者会では、進級してからの子どもたちの姿や1年間大切にしたいこととお話します。保護者の方の交流も繋がりを深めていく場として大切にしていきたいと考えていますので是非ご出席をお願い致します。

また、保育参観（保育参加）の希望も随時受け付けています。様々な機会を通じて家庭と園の様子を伝えあい「共育て」を深めていき子どもたちのより良い育ちに繋がれたらと思いますのでよろしくお願い致します。

お知らせとお願い

・メール配信サービス（すぐメール）

地震などの緊急時に使われる配信サービス“すぐメール”の登録はお済みでしょうか。

5月14日（火）にテストメール配信を行います。

“すぐメール”の登録がまだのご家庭は是非登録をよろしくお願い致します。

・延長スポット保育について

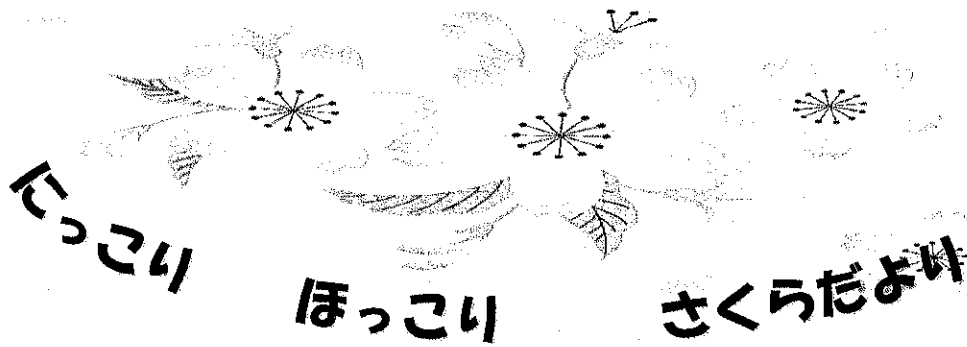
急に仕事が入りお迎え時間に間に合わない、仕事が忙しい時だけ延長保育を利用したい場合に利用できる制度です。1日の延長保育利用者が定員に満たない場合、その空きを利用することが出来ます。

利用対象者 満1歳以上の在園児

利用要件 1時間延長までの延長利用

※ 産前産後休暇、育児休業、育児時間を取得している場合はご利用できません。

※ 延長スポット保育を希望の方は当日の12時～18時までに保育園にご連絡ください。



令和元年 5月吉日

少しずつ暖かくなってきて、すっかり春の陽気。散歩先の公園では虫を見めるようになりました。ひと時保育を利用している2歳児くらいの子ども達は、散歩にでると公園にやってくるチョウチョを良く追いかけています。自然に触れ、虫にも触れて、喜んだり驚いたりしている子ども達の姿は、とても楽しそうです。

この園から少し遠いのですが「荻外荘公園」という公園があります。入り口からフェンスまで行くと所々にカラスノエンドウという植物が生えています。よく見てみると、そこにはテントウム虫がいっぱい！葉には、幼虫もいて脱皮をしている様子も運が良ければ見る事ができます。大人は気が付かないだけで、子どもは色々な発見をしているものです。

身近な自然を感じに、陽気のいいこの春の季節に、お子様とお散歩に出ても面白い発見があるかもしれませんね。

<ひととき保育のごあんない>

ひととき保育とは…

ご家庭で育児をされている方が、仕事・通院・学校行事・リフレッシュ等で、お子様を預けて用事を済ませたい時に、お子様をお預かりする事業のことです。

<お預かりできるのは…>

- * 保護者が杉並区内に住居している児童
- * 8ヶ月～就学前の児童
- * 健康で集団保育が可能な児童

<さくら組の様子>

気候の良い日は、立ちワゴンや歩ける子は徒歩で散歩に行くことも。公園には、アリがいたりチョウチョもとんでいたりして、春からは虫探しを楽しんでいます。今のこの時期は、砂場あそびもしています。水をかけながら山作りをしたり、トンネルを掘ったりして、遊ぶ事もあります。公園以外にも、屋上に砂場があり、これからは泥遊びもできそうです。夏は、「キャーキャー」言いながら水遊びもしています。

利用予約には、登録が必要です。
登録も予約制の為、以下の番号
にお電話下さい。
03-3391-5176(直通)

時間厳守でお願いします

すずらん 5月

<地域子育て情報誌> 荻窪北保育園

03-3391-5171

一時保育室 03-3391-5176

2018年5月7日

風薫る5月、さわやかな季節になりました。新年度が始まり約1か月が経ちました。天気の良い日は、近隣の公園にお散歩に出て遊んでいます。草花や虫など色々な生き物との触れ合いが楽しめるもえぎ公園は、子どもたちの大好きな公園です。4才児クラスの子どもたちは、もえぎ公園でカエルの卵を見つけて持ち帰り卵から、かえったオタマジャクシを育てています。

“ふれあい保育”

随時受け付けています。

ふれあい保育は親子で同年齢クラスに入り、一緒にあそびます。

集団の中の我が子の姿はお家では見せない面が見えたりや遊具などつぶさにご覧いただけます。また、食事の提供もしておりますので、離乳食で困っていることなども栄養士が相談に応じることもできます。ご希望の方はお電話下さい。

おおきくなあれ

5月9日(木)

10:30~11:30

身長体重測定

絵本

触れ合い遊びなど

予約は必要ありません。お気軽にお出かけ下さい

荒馬公演

5月28日(火) 10:00~11:00 荻窪北保育園ホール

東北の豊作を祝うお祭りの踊りです。太鼓の音とラッセラーの掛け声にあわせて跳ねる荒馬踊りはとても迫力があり、自然と掛け声も大きくなります。

観覧ご希望の方は、保育園までご連絡下さい。お待ちしております。

保育園では、地域の皆様との繋がりも大切にしています。子育てについての悩みや聞きたいことなどがありましたら相談も出来ますので、いつでもご連絡下さい。

また、親子で楽しめる観劇などもありますので是非遊びに来てください。

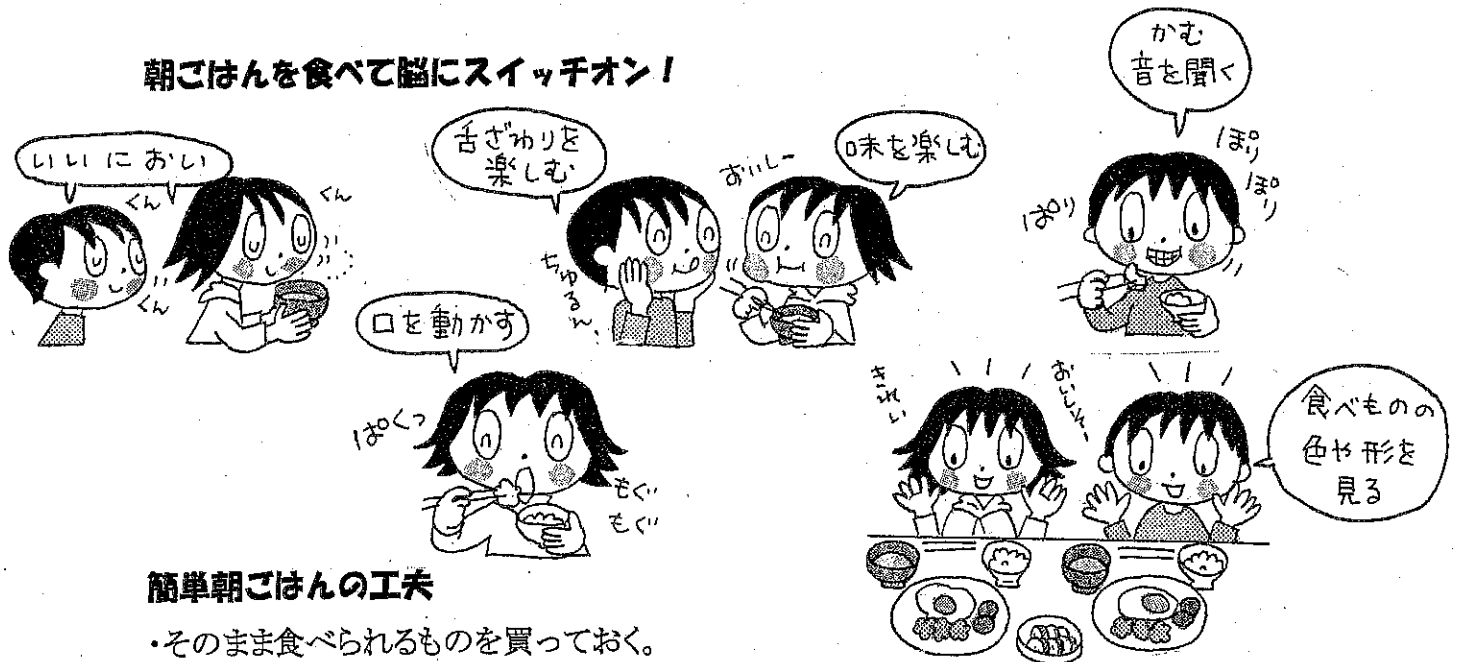
朝ごはんを食べて元気に過ごそう！

風薫る5月、木々の緑が美しい季節になりました。

保育園での生活にも慣れてきたのではないのでしょうか。

さわやかな朝は、早寝早起きをして朝ごはんをとり、1日の生活リズムを整えましょう。

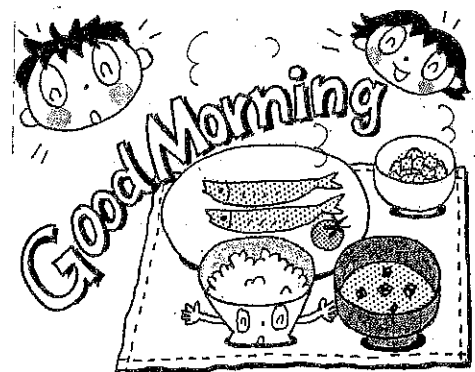
朝ごはんを食べて脳にスイッチオン！



簡単朝ごはんの工夫

- ・そのまま食べられるものを買っておく。
果物、ヨーグルト、市販の惣菜等
ひじきや切干し大根の煮物はご飯に混ぜて簡単混ぜご飯！
ポテトサラダはパンに挟んで簡単サンドイッチに！
- ・パターンを決めておく。
①ご飯+野菜たっぷり味噌汁+納豆等
②パン+野菜たっぷりスープ+ヨーグルトやチーズ等
- ・夕飯を活用する！おかずを多めに作ってアレンジ！
例えば…煮物→細かく刻んでご飯に混ぜる。
炒め物→炒め直して卵でとじる。

**感覚器官がウォーミングアップ！
脳と体が目覚めます。**



主食(ご飯・パン・麺)・主菜(肉、魚、大豆製品・卵)・副菜(野菜・果物)を揃えた朝食が理想的です

簡単手作りおやつ **ちんすこう** 大人2人+子ども1人

【材料】

・小麦粉	110g
・砂糖	45g
・油	40g

【作り方】

- ①ボウルに小麦粉、砂糖を入れ、油を少しずつ加えて良く混ぜる。
- ②好きな形に成型し、オーブンで170℃で7~8分焼く
冷めたら完成☆

* 砂糖を黒砂糖に変えたり、ココアや抹茶を混ぜても美味しいです♪
調理保育で子ども達がよく作るメニューです。
ご家庭でも一緒に作ってみて下さい♪

離乳食作りに大活躍 <だしの取り方>

<味噌汁作りに 煮干しだし>

保育園の味噌汁は煮干しと昆布を使用しています。

煮干しは、そのままの状態を干したものであるため、うま味も魚の個性もストレートに出ます。味、香りともに強く、出汁にコクがあります。

<だしの取り方>

煮だしと水だしがあります。

雑味が少なく、良質の出汁が取れるのは、水だしです。

頭と腹わたからは苦味や雑味が出るので、下ごしらえとして取り除くと良いとされていますが、水だしの場合はそれらが出にくいので、取り除かずに簡単に美味しい出汁が取れます。

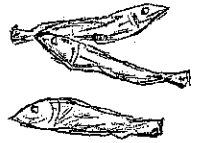
①鍋やタッパーに煮干し、昆布(5cm長さ)、水を入れて一晩冷蔵庫に入れる。

②煮干しを取りだし、出汁を使う。

★小さな容器で濃い目に出汁を取って、水を増して使います♪

★出汁がしっかりしていると、味噌を控えても美味しい味噌汁が出来ます。

★大人の健康管理にも、手軽で美味しい煮干しの味噌汁、お試しください♪



<手つまみ食べの野菜の含め煮に 干し椎茸だし>

保育園では野菜をコロコロ(1.5~2cm角)やスティック状に切り、昆布(2~3cm長さ)・干し椎茸水を入れて煮ます。前日の下準備もいりません。

干し椎茸の旨味や甘さで、野菜本来の味を伝えていきます。

<作り方>

①ご家庭にある野菜をコロコロ~スティック状に切ります。(コロコロの手つまみが上手につまめる様になってきたらスティックにします。)

②鍋に野菜、昆布・干し椎茸(1~2個)・水を加えて煮ます。

野菜がある程度柔らかくなったら、醤油をほんの少し加え、出来上がりです。



<和食の基本 鰹だし>

鰹だしは和食には欠かせません。

体に良いとされている和食、子供達にも伝えていきたい味です♪

<だしの取り方>

①鍋に昆布(4~5cm長さ)・水を加えて火にかける。

②沸騰直前に、鰹だしを加え火をとめる。

③しばらく置いてから、出汁をこして使用する。

★まとめて取って、製氷器に入れれば使いたい分だけ取り出せます。



<何かと便利・万能 昆布だし>

昆布は煮干し・鰹・干し椎茸と一緒に使用すると、それぞれの出汁の旨味が増します。

前日に鍋や容器に昆布+水を加えて置けば、美味しい昆布だしが取れます。

鰹だしや手つまみ野菜の含め煮に利用できます。

<時間がある時に...>

昆布を使いやすい大きさにカットしておくとう便利です♪

