



にしじ



第102号

戸田市立保育園地域交流連絡会

令和6年12月発行

戸田市立保育園の地域交流では、1・2・3月は「お正月遊び」や「新聞紙遊び」「園庭遊び」等楽しい企画を予定しております。ぜひお近くの保育園に遊びにいらしてください。お待ちしております。

予約期間、時間が決まっておりますのでご確認ください。(土、日、祝日を除く)

	1月	2月	3月
下戸田保育園 442-3746	15日(水)10:00~10:30 「楽器に触れて遊ぼう」 予約期間:1月7日(火)~10日(金) 10:00~15:00	4日(火)10:00~10:30 「新聞紙で遊ぼう」 予約期間:1月27日(月)~30日(木) 10:00~15:00	4日(火)10:00~10:45 「園庭で遊ぼう」
新曽保育園 442-3100	16日(木)10:00~11:00 「新聞紙で遊ぼう」 予約期間:1月7日(火)~10日(金) 10:00~15:00	5日(水)10:00~11:00 「室内で遊ぼう」 予約期間:1月27日(月)~31日(金) 10:00~15:00	4日(火)10:00~10:45 「園庭で遊ぼう」
笹目東保育園 421-5011	14日(火)10:00~10:30 「お正月遊びを楽しもう」	6日(木)10:00~10:30 「室内で遊ぼう」 予約期間:1月29日(水)~2月5日(水) 10:00~15:00	13日(木)10:00~10:30 「室内で遊ぼう」 予約期間:3月5日(水)~12日(水) 10:00~15:00
上戸田南保育園 444-4080	16日(木)10:00~10:30 「楽器に触れて遊ぼう」 予約期間:1月7日(火)~10日(金) 10:00~15:00	5日(水)10:00~10:30 「新聞紙で遊ぼう」 予約期間:1月27日(月)~31日(金) 10:00~15:00	5日(水)10:00~10:30 「園庭で遊ぼう」
新曽南保育園 444-7717	15日(水)10:00~11:00 「お正月遊びを楽しもう・避難訓練体験」 予約期間:1月6日(月)~10日(金) 10:00~15:00	4日(火)10:00~11:00 「楽器に触れて遊ぼう」 予約期間:1月27日(月)~31日(金) 10:00~15:00	5日(水)10:00~11:00 「園庭で遊ぼう」
喜沢南保育園 443-9341	23日(木)10:00~10:45 「節分の製作をしよう」 予約期間:1月14日(火)~21日(火) 10:00~15:00	14日(金)10:00~10:45 「室内で遊ぼう・避難訓練体験」 予約期間:2月6日(木)~13日(木) 10:00~15:00	13日(木)10:00~10:45 「園庭で遊ぼう」
笹目川保育園 422-2100	15日(水)10:00~11:00 「お正月遊びを楽しもう」 予約期間:1月7日(火)~14日(火) 9:40~11:40	13日(木)10:00~11:00 「新聞紙で遊ぼう」 予約期間:1月29日(水)~2月5日(水) 9:40~11:40	12日(水)10:00~11:00 「園庭で遊ぼう」

各保育園には、徒歩またはベビーカー、自転車でお越しください。(お車での来園はご遠慮ください。)

【子育て相談について】

こんな時はどうしたらいいの・・・等困った時は、各保育園にご相談ください。

平日(月~金) 9:30~16:00





食べて、遊んで冬を元気に過ごそう！



冬野菜は、寒さで凍ることがないように細胞に糖を蓄積するため、糖度の高い野菜が多く、食べた時に、甘くておいしいと感じる食材です。また、ビタミンやカロテン等の栄養価を多く含む冬野菜は、免疫力を高め、風邪の予防にも効果があると言われています。園でおすすめの子どもたちの人気メニューを紹介します。

ブロッコリー

ブロッコリーには、タンパク質、カリウム、鉄、そしてビタミンCも多く含まれていて、非常に栄養が豊富な野菜の一つです。特にビタミンCは血液中の白血球の働きも助け、体の中に侵入した細菌やウイルスをやっつける能力が高まると考えられています。



うまっコリー

材 料 ~ 1人分量 ~

- ・ブロッコリー 30g
- ・にんじん 8g
- ・コーン缶(ホール) 15g
- ・しょうゆ 1g
- ・マヨドレ 5g

作り方

ブロッコリーは小房に分ける。
にんじんはいちょう切りにする。
切った野菜、コーンを茹でて、水気をよく切る。
に調味料を混ぜ合わせる。

かぼちゃ

かぼちゃは体の中でビタミンAのもとになるカロテンが多く、栄養豊富な野菜です。かぼちゃは保存がきくため、冬場になっても食べられる数少ない野菜ということで、「冬至(とうじ)にかぼちゃを食べると風邪をひかない。」と言われています。

参考文献：農林水産省ホームページ

かぼちゃドーナツ

材 料 ~ 4人分量 ~

- ・ホットケーキの粉 80g
- ・かぼちゃ 40g
(冷凍でもよい)
- ・牛乳 40g
- ・グラニュー糖 適量

作り方

かぼちゃは、ゆでて皮ごとつぶす。
かぼちゃにホットケーキの粉を入れて混ぜ、手でまるめられるくらいの固さになるように牛乳で調節する。
まるめて、160 くらいの油で揚げ、グラニュー糖をまぶす。



わらべうた

わらべうたの温かいリズムの中で肌や心を触れ合うことで、子どもの愛着を形成することができます。また、繰り返し行うことによってリズムや周りに合わせる力が育ちます。

~ ちょちょちあわわ ~

拍手する等、赤ちゃんからできる仕草が入ったわらべうたです。「あわわ」は、声を出しながら口を手のひらで素早くたたくと出る音を表現しています。「かいぐり」は、かいな(腕)をくぐることを言います。ゆっくり語りかけるように歌いましょう。最後に子どもたちの好きな「いないいないばあ」をすると、さらに楽しめます。

ちょちょち



子どもを膝にのせて、両手を取り2回たたきます。

あわわ



手のひらで口元を軽く3回たたきます。

かいぐりかいぐり



両手をグーにして体の前で上下に回します。

とっとのめ



両手で目元を軽く2回たたきます。

おつむてんてん



両手の手のひらで頭を軽く3回たたきます。

ひじぼんぼん



片方の肘を曲げ、もう一方の手のひらで軽く1回たたきます。手を入れ替えて繰り返します。