



ひまわり通信

山手こひつじ保育園子育て情報誌 29号

2015年がスタートし、1カ月が経とうとしています。月日が経つのは早いものですね。みなさん、体調はいかがですか？冬の感染症が未だ猛威を振るっている地域もあるようですので、ご注意ください。寒い時期には体や心を温かく満たして頂きたく、保育園では地域活動も充実させています。また、今回は体が温まる保育園で人気のメニューのご紹介も載せていますので、挑戦してみてくださいね。

あつたかくて美味しい！

だまこ汁の作り方

＜材料（子ども4人分）＞

鶏もも肉 50g 人参 30g ご

ぼう 30g

まいたけ 20g 三つ葉少々 ご

飯お茶わん1杯

片くり粉 15g だし汁 300cc

く

しょう油 20g みりん 2g 塩少々

＜作り方＞

① 鶏肉は小さ目のひと口大、人参は1cm角の薄切り、ごぼう



は半月で薄切り（水にさらしてあく抜き）まいたけは小さくほぐす。

② ナベに昆布とかつおだしで取っただし汁を入れ、沸騰したら具を入れてやわらかく煮えたら調味料で味付けする。

③ 温かいご飯をつぶす。片くり粉を加えてやわもちもちする状態になるまでつぶす。

④ 手に水をつけながら小さ目のひと口大に丸める。

⑤ ④をナベに入れ短く切った三つ葉を入れ一煮立させたらできあがり。

保育園の子どもたちにも人気のメニューです。

あまりご飯でも作れます。お試しください！

【2月の地域活動】

2月5日（木）・26日（木）子育てサークル支援「まあるくな〜れ」10:00〜

2月21日（土）親子体操 10:40〜 山手こひつじ保育園にて 先着10組
今回の場所は山手こひつじ保育園ですのでご注意ください。

1月28日（水）は出前保育です。白糸台中部公会堂にて10:00〜行います。

当園の保育士と一緒にあそびましょう。

パートナー保育登録をお願いします

メールやインターネットを通してのお知らせを随時しているため、是非登録をお願いします。お時間がある時に保育園までお越しください。特別事業参加時には登録のご協力をお願いしています。

社会福祉法人東京山手マリヤ会
山手こひつじ保育園
2015・1・25発行
府中市白糸台4-13-8
TEL 042-314-0840