

# 子育て支援センター だより

## 明けましておあそびどうございます



令和8年1月  
発行:認定こども園白ゆり  
子育て支援センター



寒さもいよいよ本格的になってまいりました。1月はコマや鬼面を作ったり、正月あそび等します。

皆さん今年もたくさん遊びに来てくださいね。

### 今月の行事予定

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
5 10:30~11:00 英語で遊ぼう 毎年恒例! 正月遊び	6 10:30~ 新春! お楽しみ会	7 10:30~ 絵本の読み聞かせ 手遊び	8 10:30~ 絵本の読み聞かせ おやつタイム	9 10:30~ 絵本の読み聞かせ たこ製作
12 成人の日	13 10:30~ 紙芝居 いろはがるた 運動遊び	14 10:30~ 手遊び 色・果物カード 運動遊び	15 10:30~ おやつタイム 身体測定・誕生会 ※とんど焼きの予定	16 10:30~ 大型絵本 「安全」
19 10:30~11:00 英語で遊ぼう 歌・ボール	20 10:30~ 紙芝居 いろはがるた 出張保育	21 10:30~ 手遊び 色・果物カード 運動遊び	22 10:30~ パネルシアター おやつタイム 運動遊び	23 10:30~ 可愛い! ヘアピン作り
26 10:30~11:00 英語で遊ぼう 歌・ボール	27 10:30~ 紙芝居 いろはがるた 運動遊び	28 10:30~ 手遊び 色・果物カード 運動遊び	29 10:30~ 絵本の読み聞かせ おやつタイム	30 10:30~ 絵本の読み聞かせ 身体測定 

### ○こども園のおもな行事○

- 5日（月）1号始業式
- 9日（金）鏡開き
- 15日（木）とんど焼き
- 19日（月）身体測定
- 20日（火）誕生会
- 27日（火）避難・消火訓練

◇英語 5・19・26日  
◇体操 16・23・30日



### 私たちが子育てを支援しています

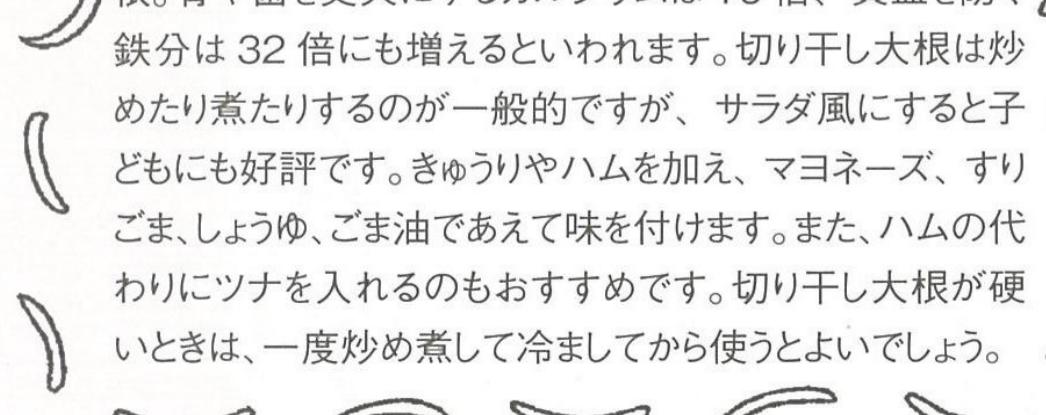
- すくすくサロン・園庭開放（交流の場）  
月～金（祝祭日を除く）9:00～12:00  
13:00～15:00  
絵本の読み聞かせ、手遊び、他
- 出張保育  
親子クラブ等で保育士が必要なとき
- 育児、発達、相談、就学相談
- 一時保育（月～金）  
一日4500円、半日2500円
- 地域交流会  
年に3回予定しています。



### 乾物は栄養が凝縮! 切り干し大根のおすすめ調理法



乾物は、食物を天日干して作る食品で、栄養価は生の物とは比較にならないほど増えます。例えば切り干し大根。骨や歯を丈夫にするカルシウムは16倍、貧血を防ぐ鉄分は32倍にも増えるといわれます。切り干し大根は炒めたり煮たりするのが一般的ですが、サラダ風にすると子どもにも好評です。きゅうりやハムを加え、マヨネーズ、すりごま、しょうゆ、ごま油であえて味を付けます。また、ハムの代わりにツナを入れるのもおすすめです。切り干し大根が硬いときは、一度炒め煮して冷ましてから使うとよいでしょう。



### 事前予約制

◆お問い合わせ◆  
認定こども園白ゆり 子育て支援センター  
TEL 086-284-4145  
(担当 三宅)

