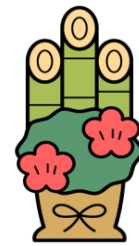


子育て支援センター だ よ り



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

明けましておめでとうございます



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 たこ製作 	9 10:30~ 絵本の読み聞かせ
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 鬼面製作 	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



私たちは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。

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）



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。



今年もよろしく お願いします

