



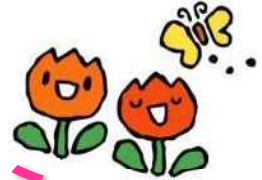
子育て すくえあー

保護者・子ども・地域・保育園をつなぐ情報紙



発行：葛飾区子育て支援部保育課 03-5654-8296

公立保育園で日頃から楽しんでいる遊びの中には、脳を育てるポイントがいっぱい！
おうちでも楽しみながら、指先を使って、親子でたくさん遊んでみましょう。



手や指先を使って遊んでみよう！

0歳～

型おとし



1歳～

シールはがし



ちぎる



2・3歳～

丸める



※お口に入れると危険！
目を離さないで。

4・5歳～

手先の動きがUP！色んな
ことにチャレンジしよう！

折り紙



考えながら折ることで
脳はフル回転！

積み木



ねんど



はさみ



※刃物を使うときは
必ず大人が見守り
ましょう。

あやとり



ぬりえ



指先を動かしながら、
出来上がりをイメージ。

子どもは遊びを通して身体も心も成長・発達します。手や指先を使った遊びは
五感を刺激し、学びの芽生えにもつながります。さあ、遊んでみよう！





元気いっぱいコーナー



春

保育園ではこんな楽しいものを作って遊んでいます！

虫かご

【材料】

- 2Lのペットボトル
- ハサミまたはカッター
- 排水口の浅型ネット
- スズランテープなどのひも
- シールやマスキングテープ
- マジック

【作り方】

- ① ペットボトルを横に半分又は 1/3 に切り、切り口が危なくないようマスキングテープを巻く。
- ② 切り口から2cmくらい下にひもを通す穴を2つ開けてひもを通す。
- ③ ペットボトルにシールを貼ったりマジックで好きな絵を書いたら、ネットをかぶせてできあがり。



おでかけスポット



<都立水元公園>

住所：水元公園3-2

- ◇ 自然豊かな広～い公園です。
- ◇ 公園中央部には大きな池や、アスレチック、バーベキュー広場もあります。
- ◇ 広場が公園内に沢山あるので、きっといろいろな虫が捕まえられますよ！！

<上千葉砂原公園>

住所：西亀有1-27-1

- ◇ ふれあい動物広場があり、ポニーに乗ることができます。
- ◇ 交通公園で、交通ルールも学べますよ！
- ◇ 大きな噴水で、夏は思いっきり水遊びが楽しめます！！

※施設情報は変更する場合がありますので、葛飾区ホームページをご確認の上おでかけください。



～ おまけコーナー ～

ダンゴムシとワラジムシの違いはなんだろう？

①ダンゴムシ → 触れると丸くなる。

②ワラジムシ → 触れても丸くならない。

☆ぜひ捕まえて、試してみてね！



もいもいクッキング



今回は保育園でもお子さんに大人気のメニューをご紹介します！2歳頃からお手伝いができますので、是非お子さんと一緒にお料理してみてください。

<ミニグラタン>

【材料：大人2人・子ども2人】

- ・オリーブ油 適量
- ・ベーコン 25g
- ・たまねぎ 中 1/2 個
- ・100%米粉 大さじ1 + 小さじ1
- ・豆乳 150g
- ・マカロニ 60g
- ・食塩 少々
- ・ナチュラルチーズ 50g

<<作り方>>

- ① たまねぎは薄くスライスし、ベーコンは1cm幅の食べやすい長さに切っておく。
- ② マカロニは茹でておく。
- ③ オリーブ油で①を炒める。
- ④ 米粉と豆乳をだまがなくなるまで、泡だて器で混ぜ合わせる。
- ⑤ ③に④を加え、弱火で煮る。
とろみがついたら塩とマカロニを加え混ぜ合わせる。
- ⑥ アルミカップに入れナチュラルチーズをのせたら、オーブントースターでこんがり焼き目がつく程度に焼いてできあがり。



完成！



お手伝いポイント！

米粉と豆乳を混ぜてみよう

まぜまぜ ~♪

<高野豆腐のきなこ棒>

【材料：大人2人・子ども2人】

- ・高野豆腐 18g
- ・片栗粉 大さじ2
- ・揚げ油 適量
- A {
 - ・水 50g
 - ・黒砂糖 大さじ4
 - ・上白糖 大さじ1
 - ・きな粉 大さじ3

<<作り方>>

- ① 高野豆腐を水に浸してもどしたら、しっかりと水を絞り約1cm幅の棒状に切る。
- ② ①に片栗粉をまぶし、180度の油でからっとするまで揚げる。
- ③ Aを煮詰め、揚げた高野豆腐にしみこませる。
- ④ きな粉をまぶしたらできあがり。



お手伝いポイント！

きな粉をまぶしてみよう



完成！

きな粉は袋に入れると、お子さんでもまぶしやすいです！

公立保育園での生活をご紹介します

保育園では、子どもの年齢や発達に合わせて一人ひとりが安心して生活できるように配慮しています。保育園での1日の流れ（おおよその目安）をご紹介します。

時間	0歳児	1～2歳児	3歳児以上
7:15	順次登園 あそび	順次登園 あそび	順次登園 あそび
9:30	おやつ(牛乳)	おやつ(牛乳) あそび	自由あそび 集団あそび 課題あそび
10:00	食事(離乳食)	食事	食事
11:00	食事(乳児食)	食事 昼寝	食事 昼寝
12:00	昼寝	食事 昼寝	食事 昼寝
13:00	順次目覚め	目覚め	目覚め
14:00	食事(離乳食)	おやつ あそび	おやつ あそび
15:00	おやつ あそび	おやつ あそび	おやつ あそび
16:00	順次降園(帰宅)	順次降園(帰宅)	順次降園(帰宅)
18:15	延長保育 補食または食事 ※補食または食事は満1歳以上のお子さん		
20:15	※実施園のみ20:15まで		

すくすく大きくな～れ

毎日の視診のほか、身体測定や園医による健康診断を定期的に行い、子どもたちの発育や健康状態をチェックしています。

- 身体測定(毎月)
- 0歳児健康診断(毎月)
- 内科健康診断(年3回)
- 歯科健康診断(年2回)



～お詫び～

令和2年12月1日発行のすくえあ～冬号の表記に誤りがありました。申し訳ございません。

【誤】葛飾区公立保育園 子育て情報紙 46号 → 【正】葛飾区公立保育園子育て情報紙 47号