



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



～おうちであそぼ～

クリスマスやお正月には、お子さんと一緒に楽しむことのできる、おもちゃ作りをしてみませんか？
ご家庭で出る不要なものが、大変身します！



ジュースパックで
パペット

材料 ジュースパック
油性ペン・シール等

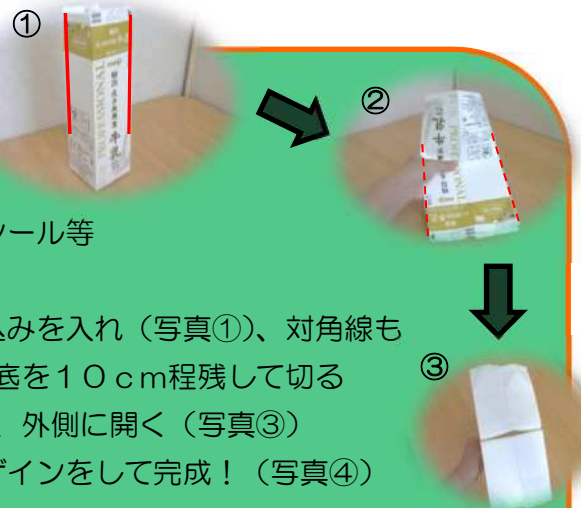
～作り方～

- 1 ジュースパックに切り込みを入れ（写真①）、対角線も同じように切る ※ 底を10cm程残して切る
- 2 軽くつぶして（写真②）、外側に開く（写真③）
- 3 パックの内側の面にデザインをして完成！（写真④）

☆パックの底を持つと、口がパクパクします♪

お子さんと一緒にシールを貼るのも、楽しいですね。

※牛乳パックを使用する際は、アレルギーが無いか注意しましょう。



材料 ジュースパック・油性ペン

ジュースパックでコマ

～作り方～

- 1 ジュースパック切り込みを入れる（写真①）
※ 底から2cm程残し、羽が10cmになるようにする
- 2 四面とも先を丸く切り（写真②）、開く
- 3 自由にデザインをして完成！（写真③）

☆フローリングなど、つるつるした場所で
回すとよく回ります！



元気いっぱいコーナー

冬は乾燥の季節。特に子どもの肌は大人よりも乾燥しやすいです。では、どのようにスキンケアをしたらよいのでしょうか？

スキンケアのポイント

乾燥による^{かゆ}痒みから肌を^か掻くことで、できた傷から細菌やアレルギーが侵入し、肌トラブルを引き起こすことも…肌トラブルを予防することは健康的なからだ作りにつながります！



皮膚の清潔を保つ

体調が良ければ毎日入浴し、清潔を保ちましょう！お風呂ではゴシゴシこすらずに、石鹸を泡立てて円を描くようにやさしく洗います！

刺激は少なく

直接肌に触れる洋服は、綿がおすすめ★
ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激して^{かゆ}痒みのもとになります。



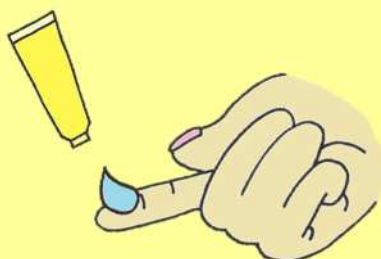
たっぷり保湿

保湿剤は、朝起きた時やお風呂上りに塗りましょう！お風呂上りは、まだ体が温かく、湿り気のあるうちに保湿すると効果が高いと言われています。指の腹や手のひらを使って滑らせるように塗りましょう★

★保湿剤の適量（大人の手のひら両手分の面積に塗るのに適した分量の目安）

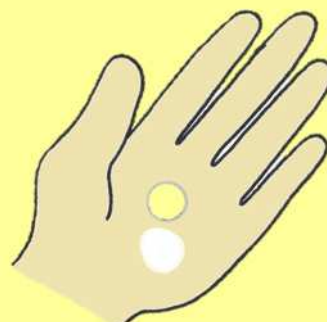
〈チューブの軟膏・クリームの場合〉

大人の人差し指の先から
第一関節まで薬を乗せた量



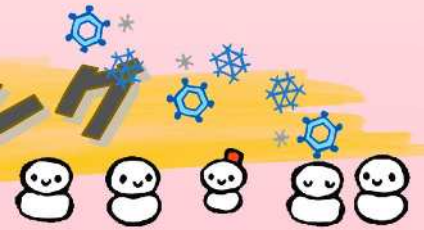
〈ローションの場合〉

一円玉大の量





もりもりクッキング



大根めし

《材料》 4人前

白米 300g (2合)

【A】

だし用昆布(約2×5cm)	1g
食塩	少々
醤油	少々
油	少々

大根 150g

油揚げ 50g

水 40ml

だし用かつお節 2g

砂糖 8g

醤油 15g

《作り方》

- ① 白米に、Aを入れてご飯を炊く
(炊けたら、昆布を取り出す)
- ② 大根は拍子切り、油揚げは短冊切りにする
- ③ かつお節でだしをとり、②を砂糖と醤油で煮る
- ④ ①と③を混ぜたら完成☆



肉団子スープ

《材料》 4人前

●肉団子

豚ひき肉 150g

鶏ひき肉 150g

玉ねぎ 30g

【B】

しょうが 2g

食塩 少々

片栗粉 10g

●スープ

水 800ml

だし用昆布(約10×10cm) 10g

干しいたけ 8g

白菜 200g

長ねぎ 80g

乾燥春雨 30g

食塩 少々

醤油 少々

ごま油 少々

《作り方》

- ① 豚・鶏ひき肉に、みじん切りにした玉ねぎとBを入れて、こねる
- ② 昆布でだしをとり、沸いたところに、①を団子にして入れる。
- ③ 干しいたけは水で戻し干切り、白菜は短冊切り、長ねぎは小口切りにする。春雨は水で戻して、2cmの長さに切る。
- ④ ③を②のだし汁に入れ、やわらかくなるまで煮る。
- ⑤ 食塩と醤油で味つけをし、最後にごま油を垂らして完成☆



一緒にやってみよう

大根めしは
おにぎりにしても
美味しいよ☆



公立保育園ってどんなところ？

Q&A

保育園見学に来られる保護者の方々から、色々なご質問をいただいています。今回はその一部をご紹介します。その他、ご心配なことがございましたら、いつでもお近くの保育園までお問合せください！お待ちしております。

Q1 入園前に準備するものはありますか？

⇒午睡用ベットのカバーや毛布カバー、防災頭巾、帽子等を用意していただきます。

詳しくは、事前の入園前面接でお知らせしています。

Q2 保育園で具合が悪くなった時の迎えの基準は？

⇒感染症が疑われるときはすぐに保護者にご連絡をしています。発熱の場合は、お子さんの全身状態を見ながら、早めに対応するようにしています。



各園オリジナルで作成しているリーフレットです！



Q3 オムツの持ち帰りはありますか？

⇒ありません。

園で処分しています。

オムツやお尻拭きは、ご用意いたします。

Q4 保護者が参加する行事はどのくらいありますか？

⇒運動会、発表会、就学祝い式(5歳児クラスのみ)が大きな行事です。

また、保護者会は年3回、個人面談も行っています。