



6月のおたより



平成 30. 6. 1
 ともしび保育園 TEL06-6325-1851
<http://www.tomoshibifukushikai.jp>

新しいお友達も、やっと園生活に慣れ、お友達と一緒に仲良く、大好きな遊びを楽しんでいる姿を見られるようになりました。

6月は、梅雨の季節！おひさまの輝きが待ち遠しい季節です。この時期は、気温の変化も大きく、寝冷えをしたり、おなかをこわすなど、体調を崩しやすいので、ご家庭でも充分気をつけましょう！また、うがいや手洗いも忘れずに！園でも、健康に関するの行事があります。

忘れずに受けて下さい！



ご協力をよろしくお願ひします。

子育てワンポイント

- ・広い心で接すれば キレる子にはならない！
- ・励ましてあげれば 子どもは自信を持つようになる！

園長

夏バテ知らず☆ さっぱり豚しゃぶ冷やしそば

【材 料】
 乾燥そば 60g
 豚ロース 80g
 (しゃぶしゃぶ用)
 オクラ 2 本
 レモンスライス 1 枚
 ニンニク 1 片
 ④合わせつゆ 20ml
 めんつゆ 20ml
 だし汁又は水 100ml

【作り方】
 ①あらかじめ乾燥そばを茹で、冷やしておく。
 ②沸騰したお湯に、つぶしたニンニク 1 片分を入れ、オクラを茹でる。オクラを取り出したら、そのまま豚肉を茹でる。
 ③茹でたそばを器にのせ、オクラ、豚肉、④を彩り良く盛り付ける。
 ④合わせつゆ④をまわしかける。



⑤
 プチトマト 1 個
 大葉 2 枚
 大根おろし 60g
 かつお節 少々
 白ゴマ 少々
 梅干(種を除く) 1 個分

疲労回復効果のあるビタミンB1が豊富な豚肉は、しゃぶしゃぶにするとあっさり食べられます。そこにプラスしたクエン酸(レモン・梅干)は、疲労の原因となる乳酸を排出してくれます。さらに、ニンニクとゴマで食欲増加◎
 これからの季節にぴったりですね！

6月生まれのおともだち

(ひよこ) *** **	4 日	(うさぎ) *** **	5 日
*** **	22 日	*** **	10 日
(あひる) **** **	4 日	*** **	26 日
*** **	7 日	(きりん) *** **	25 日
**** **	26 日	(ぞう) **** **	9 日
(りす) **** **	18 日	*** **	19 日
		**** **	21 日

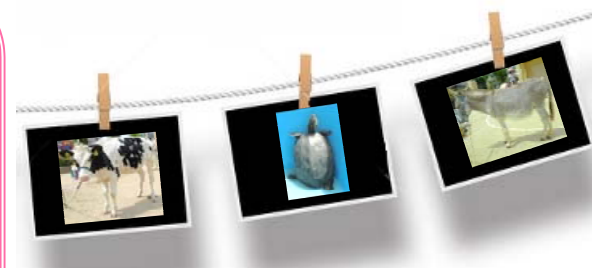


お願い

☆承認時間内での登園をお願いします。

★落とし物

事務所前に写真にて展示・お知らせします。
 3ヶ月経って申し出がない場合、処分させていただきますので、送迎の際にチェックをお願いします。



5/16 (水) ふれあい動物村

ほかにもたくさんのだうぶつたちが会いに来てくれました。
 みんなは、どのだうぶつとなかよになれたかな？
 エサのご協力、ありがとうございました。

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
行事予定		お弁当の日		新入園児個人懇談開始 身体測定	英会話(3・4・5才児)	歯科検診	お茶指導(5才児)		お弁当の日		キッズダンス(3・4・5才児)	避難訓練	キッズキャラバン	定期健康診断(内科) 体育指導(3・4・5才児)		お弁当の日		英会話(3・4・5才児)		誕生会				お弁当の日		プール開き		体育指導(3・4・5才児)		お弁当の日

7月の予定

ぞうぐみさんの
 お泊り保育
 14日(土) 15時～
 15日(日)

14日(土)の土曜日保育は、
 12時までの保育となります。

【お弁当なし】