



令和6年度 なかいず認定こども園 子育て支援センター

ひよこらぶ通信 10月号

伊豆市八幡282-1 TEL 0558-75-2810
開所時間 月曜日～金曜日 9時～12時00分
13時～15時00分

いろいろな食材がおいしくなる季節、「味覚の秋」がやってきました。中でもきのこはビタミン B や食物繊維が豊富で栄養価も高いとのこと。焼いたり煮たり炒めたり、様々な味を楽しみたいです。



Let's enjoy English!!!
本園で ALT を担当しているジュリア先生による英語教室を行います。英語に親しみましょう。
10月23日(水) 10時より

ブドウ作り



お知らせ

『こども園ウィーク』は 10月30日(水)から11月1日(金)です。入園を希望される方や地域の方が自由に園を見学し、園の様子を知っていただく3日間です。詳しくは、子育て支援課からのお知らせをご覧ください。

10月の予定 ※日程や内容が変更になる場合があります。ご承知おきください。

月	火	水	木	金
	1 AM 休み	2	3	4
7	8	9	10	11
14 スポーツの日	15	16	17	18 避難訓練
21	22 AM 休み	23 英語教室	24	25
28	29 AM 休み	30	31	

こども園ウィーク

防災教室

9月11日に、災害発生時に子どもや自分を守るための防災教室として、園の看護師や、給食やおやつ調理・提供をする業者のミールケアの栄養士から講話を聴きました。幼児のいる家庭の災害食の備えやパッキングの仕方、子どもと避難時に気をつける事、災害時に食器や衣類を少ない水で清潔に保つ方法などを教えてもらいました。参加した保護者の方からは「勉強になった。」「パッキングも参考になり、やってみようと思った。」との声があがりました。



気に入った「おもちゃ」と「おやつ」が大切!!!
避難先での子どもの緊張をほぐすために食べ慣れた「おかし」や音の出ない「おもちゃ」を持って逃げましょう。

ミルクをあげる時は使い捨て容器で…
哺乳瓶が消毒できない場合は紙コップなど使い捨て容器を使うと良いそうです。

パッキング【耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯煎調理する方法】

必要な物…カセットコンロ、ガスボンベ、耐熱皿、水、鍋、はさみ

ポリ袋(耐熱130°Cのものが望ましい)

ごはん・おかゆ

〈材料(1人分)〉 ・無洗米70g ・水100ml

全粥 ・無洗米40g ・水200ml(米の5倍)

〈作り方〉①米と水をポリ袋に入れ口を結んで30分浸水させる。

②湯を沸かしたお湯の中に①を入れ30分加熱する。

③火を止めて鍋に入れたまま10分蒸らして完成。

しっかり蒸らすことでふっくらした炊きあがりになります。いろいろな具材で炊き込みご飯も簡単にできます。おかゆも加熱方法、加熱時間は同じです。



11月の予定

月	火	水	木	金
				1 こども園ウィーク
4 振替休日	5	6 避難訓練	7	8
11	12 AM 休み	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29