

～出産を迎える親の体験学習&保育園見学～

10月から出産を迎える親の体験学習として、妊娠中の方と生後4か月までのお子さんのお母さん達をお迎えしました。0歳児さんたちが過ごしているお部屋の説明、お腹の中の赤ちゃんのお話やおもちゃのご紹介などに熱心に耳を傾けていらっしゃいました。

また、見学では様々な年齢のお子さんたちの姿に思わず微笑んでいらっしゃる様子もあり、保育園の生活を身近に感じて頂けたかと思えます。小さいおともだちの来園に園児さんたちは、「可愛い♡」と興味津々でした。

コロナ禍で初めての出産を経験されたお母さん達、自粛期間中に外かける場所がなく孤独を感じたお話しや、何気ない一言に元気が出たことなど、保育園として、地域に必要な役割を改めて感じたひとときでした。



子どもキッチン

簡単レシピです！ぜひ作ってみてくださいね！

ごぼうサラダ

<材料>4人分

- ・ごぼう……………1本
- ・にんじん……………1/2本
- ・ブロッコリー……小さい房に分けたものを8房
- ・もやし……………1/2袋
- ・ツナ缶……………1缶
- ・きゅうり……………1本
- ・マヨネーズ……適量
- ・食塩……………少々

作り方

- ① ごぼう、にんじん、きゅうりは千切りにする。
- ② ごぼう、にんじん、ブロッコリー、もやしをそれぞれ茹でる。
- ③ 茹であがったら、冷ます。
- ④ 茹でたごぼう・にんじん・ブロッコリー・もやし、汁を切ったツナ、きゅうりを合わせて、マヨネーズで和える。
- ⑤ お塩で味をととのえて、できあがり！

ひとことメモ

- ・栄養たっぷりの冬野菜をサラダでどうぞ♪
- ・冷凍野菜のブロッコリーも大活躍！
- ・スーパーで売っているきんぴらごぼう用のパック野菜は忙しいときの味方(^_^)♪

