



# 12月の予定



## なかよしランド「風船遊び」

12月2日(土) 10:00~

空気を吹き込むだけで様々なあそびが広がる風船遊びをします♪

(申し込み前日まで 参加費 無料)



## ママクラブ「クリスマスリース作り」

12月5日(火) 10:00~

10月に収穫したさつまいものツルなどを使ってクリスマスリースを作ります!

※材料の都合上、先着3組

(申し込み前日まで 参加費 100円)



## おはなし会「エフロンシアター」

12月11日(月) 10:00~

ポケットから子ども達の好きな動物たちがたくさん登場しますよ。歌をうたってみなで盛り上がりましょう♪

(申し込み9日まで 参加費 無料)



## クッキング「クリスマスカップケーキ」

12月20日(水) 10:00~

カップケーキを可愛くデコレーション♡いちごとマシュマロをサンタさんとスノーマンに変身させちゃいます!!

(申し込み18日まで 参加費 300円)



## クリスマス会

12月25日(月) 10:00~

今年もサンタさんがやってきます! 仲良く一緒に記念撮影をして楽しく過ごしましょう☆

(申し込み22日まで 参加費 無料)



## ちくちく工房 ~手芸サークル~

毎週金曜日 小物入れやバックなどを作っています♪



## 「ま〜なひろば」毎週木・金曜日

◎ 12月7日(木)、8日(金)は身体測定をします。

◎ 12月21日(木)はお正月飾りを作ります。

ミニ講座は「保育園について」です。

※ 12:30~14:00迄 育児相談も行っています。

★ 12月28日(木)は、お休みです。

\*場所 スポカルイン黒石

2階 親子アリーナ

\*時間 9:00~12:30



平成29年度 12月号

# あけぼの保育園 支援だより



## <12月>

| 月            | 火              | 水           | 木                | 金                   | 土                | 日  |
|--------------|----------------|-------------|------------------|---------------------|------------------|----|
|              |                |             |                  | 1<br>ま〜な<br>ちくちく工房  | 2<br>なかよし<br>ランド | 3  |
| 4            | 5<br>ママ<br>クラブ | 6           | 7<br>ま〜な         | 8<br>ま〜な<br>ちくちく工房  | 9                | 10 |
| 11<br>おはなし会  | 12             | 13          | 14<br>ま〜な        | 15<br>ま〜な<br>ちくちく工房 | 16               | 17 |
| 18           | 19             | 20<br>クッキング | 21<br>ま〜な        | 22<br>ま〜な<br>ちくちく工房 | 23<br>天皇誕生日      | 24 |
| 25<br>クリスマス会 | 26             | 27          | 28<br>ま〜な<br>お休み | 29<br>年末休暇          | 30               | 31 |

## ☆ あけぼの保育園 子育て支援センター

◎ 園庭及び支援センター開放時間

毎週月曜日 ~ 土曜日 (8:00~13:00)

\* 上記で毎日開放していますので、自由に都合のいい時間にお越しください。

気軽に遊びに来て下さいね♪

## 正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう!

せっけんを泡立てて……



① てのひら

② 手の甲

③ 指の間

④ 指先、つめ

⑤ 手首

⑥ 洗い流す



チエツッ!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

## ~絵本の紹介~ 「てぶくろ」



雪の上に落ちていた手袋に、「ここで暮らすことにするわ」とネズミが入りこみました。そこへ、カエルやウサギなど、動物達が次々とやって来て手袋の中へ。手袋は今にもはじけそう!!

作：ウクライナ民話

訳：内田莉紗子

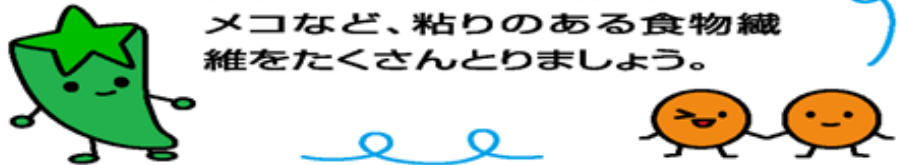
出版社：福音館書店



あけぼの保育園  
〒036-0321  
黒石市あけぼの町95  
TEL 53-1992  
FAX 53-5525

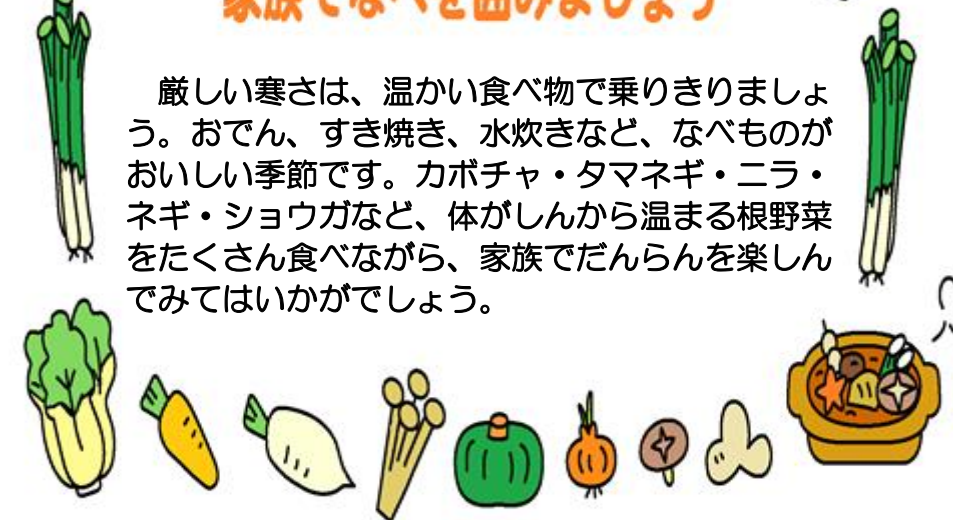
ヌルヌル食品

ヌルヌル食品が、インフルエンザ予防に役立つ食べ物とされています。納豆、オクラ、モロヘイヤ、ツルムラサキ、サトイモ、ナガイモ、大和イモ、ナメコなど、粘りのある食物繊維をたくさんとりましょう。



家族でなべを囲みましょう

厳しい寒さは、温かい食べ物で乗りきりましょう。おでん、すき焼き、水炊きなど、なべものがおいしい季節です。カボチャ・タマネギ・ニラ・ネギ・ショウガなど、体がしんから温まる根野菜をたくさん食べながら、家族でだんらんを楽しんでみてはいかがでしょうか。



**年越しソバを食べる意味**

年越しソバで、「細く長く生きること」「人生の長寿と幸福」を願います。

親子であそぼう!

《牛乳パックの電車つなぎ》

ポッポ〜♪  
出発進行!!



カラフルな電車が  
走って来るよ☆



【材料】

牛乳パック3個/木工用ボンド/両面テープ/厚紙/色画用紙  
新聞紙/セロテープ/ガムテープ/マジックテープなど

【作り方】

- (1) 牛乳パックに新聞紙をクシャクシャにしてぎゅうっと詰め込みます。蓋と底に厚紙を合わせて切り、ガムテープでしっかり止めたら、電車の土台は出来上がりです。
- (2) 土台のサイズに合わせて色画用紙を切り、そこへ電車のデザインを描いたり、窓の画用紙を決めて貼ります。
- (3) 電車の外装が出来上がったなら牛乳パックに両面テープを貼り、ずれないように外装の画用紙を貼り付けます。
- (4) 幅広のセロテープで電車のコーティングをします。
- (5) マジックテープを各車両の前後に貼って、連結出来るようにします。



12月乳幼児健診(場所: スポカルイン黒石)

| 健診別      | 実施日      | 対象者     | 受付時間        |
|----------|----------|---------|-------------|
| 乳児健診     | 12/12(火) | H29年8月生 | 午後0:15~0:30 |
| 1歳6カ月児健診 | 12/14(木) | H28年5月生 | 午後0:30~0:40 |
| 2歳児健診    | 12/13(水) | H27年5月生 | 午後0:30~0:40 |
| 3歳児健診    | 12/20(水) | H26年5月生 | 午後0:15~0:30 |

かんたんクッキング  
ねぎみそトンカツ

ねぎみそで、後味さっぱり

【材料】(2人分)

- 豚のロース薄切り肉・・・8枚
- ねぎ・・・10cm(みじん切り)
- みそ・・・大さじ2  
(ねぎ、みそを混ぜ合わせる)
- 小麦粉・・・大さじ2と1/2
- 卵・・・1個(溶きほぐす)
- パン粉・・・適量
- サニーレタス・・・適量
- 揚げ油・・・適量



【作り方】

- ① 豚肉は2枚1組にして少しずらして重ね、混ぜたねぎみそをはみ出さないようにのせます。同様に2枚の肉を上重ねて、サンドします。
- ② ボウルに小麦粉と卵を入れて、泡立て器でよく混ぜ合わせます。①を入れてからめ、パン粉をまぶします。
- ③ フライパンに揚げ油を2cm深さに注いで、175度に熱し、②を入れて片面2分ずつ揚げます。
- ④ 器にサニーレタスとともに盛りつけて、できあがりです。



12月休日救急当番医

| 施日    | 病院・診療所名       | 住所      | TEL     |
|-------|---------------|---------|---------|
| 3(日)  | あけぼの医院        | あけぼの町52 | 52-2877 |
| 10(日) | 兼平医院          | 市ノ町18   | 52-3305 |
| 17(日) | 寿町クリニック       | 寿町43-3  | 53-5420 |
| 23(土) | 田村眼科          | 一番町183  | 53-1256 |
| 24(日) | かきさか医院        | 寿町16    | 53-2255 |
| 29(金) | レディス・みかみクリニック | 前町49    | 52-8618 |
| 30(土) | 盛耳鼻咽喉科        | 浜町3     | 53-1187 |
| 31(日) | 佐々木内科小児科医院    | 山形町73   | 53-5125 |