

# 3月の予定

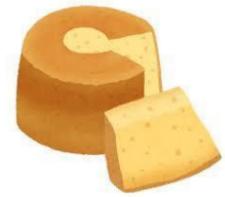


## クッキング「いちご大福」

**3月5日(火) 10:00~**  
レンジで簡単にモチモチ大福を作ります。  
旬のいちごを味わいましょう♡  
(申し込み 2日(土)まで 参加費 300円)

## ママクラブ「茶道教室」

**3月13日(水) 10:30~**  
お子さんと一緒に茶筌を振ってみませんか？  
季節のお菓子とお抹茶をいただくだけでもいいんですよ。  
(申し込み 11日(月)まで 参加費 100円)



## 手作りおやつ試食会

**3月20日(水) 10:30~**  
今回のメニューは「シフォンケーキ」  
ふあふあで子ども達に大人気です♡  
(申し込み 18日(月)まで 参加費 200円)



## ママクラブ「パペット作り」

**3月23日(土) 10:00~**  
好評だったアンパンマン・バイキンマンに続き  
可愛いドキンちゃんのパペットを作ります☆  
(申し込み 18日(月)まで 参加費 100円)



## おはなし会「エフロンシアター」

**3月25日(月) 10:00~**  
かわいい動物がたくさん登場します。  
しかけもありますよ！お楽しみに♪  
(申し込み 23日(土)まで 参加費 無料)



## 「ま〜なひろば」毎週木・金曜日

- ◎ 3月7日(木)・14日(木)・15日(金)は身体測定をします。
- ◎ 3月7日(木)のミニ講座は「はし・スプーン・フォークの持ち方について」です。
- ◎ 3月22日(金)は手形製作を行います。
- ※ 12:30~14:00まで 育児相談も行っています。
- \*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30年度 3月号

## あけぼの保育園 支援だより

### <3月>

日	月	火	水	木	金	土
					1 ま〜な ちくちく工房	2
3	4	5 クッキング	6	7 ま〜な	8 ちくちく工房	9
10	11	12	13 ママ クラブ	14 ま〜な	15 ま〜な ちくちく工房	16
17	18	19	20 おやつ 試食会	21 春分の日	22 ま〜な ちくちく工房	23 パペット 作り
24	25 おはなし会	26	27	28 ま〜な	29 ま〜な	30
31					ちくちく工房	

### ☆ 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。
- ◎ 育児相談や一時預かり保育も行っています。

気軽に遊びに来て下さいね♪



# ひな祭り

「ひな祭り」は女の子の成長を願う行事で、モモの花が咲くころに行なわれるので「桃の節句」とも呼ばれています。ひな人形は、子どもたちの身代わりになって病気や事故から守ってくれるといわれています。ひな祭りは平安時代から続く伝統行事です。大切に受け継いでいきたいですね。



## ～絵本の紹介～ 『くっついた』



ページをめくると…、くっついた！そのくり返し  
楽しい赤ちゃん絵本です。最後は、赤ちゃんのほっぺをはさんで、お父さんもお母さんもいっしょに、くっついた！赤ちゃんのまわりにいる大人まで、ニコリ笑顔になる絵本です。

作・絵：三浦 太郎  
出版社：こぐま社



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



# 耳の日

3月3日は「耳の日」です。耳は音を聞くだけでなく、体のバランスを取ったり、気圧の変化を調整したりするなど、大切な働きがたくさんあります。耳のそばで大きな声を出さない、ふざけて耳の穴に物を入れたりしない、耳をたたかない、鼻をかむときは鼻を片方ずつ押さえる、など耳に負担をかけないように気をつけましょう。

## 耳掃除をするときは…

耳の穴は骨の上に薄い皮膚が付いているだけなので、無理やり掃除をすると小さな傷がついて外耳炎になることがあります。耳にはもともと耳あかを押し出そうとする力が働いているため、しぜんに耳の入り口に出てきます。耳を傷つけないためにも、掃除のしすぎには気をつけましょう。



## うれしいひな祭り

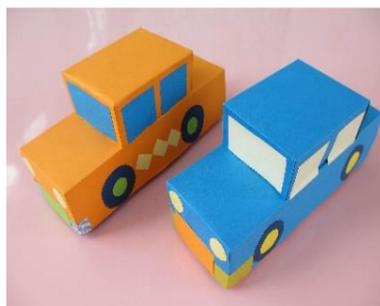
作曲：山野 元隆

# 親子であそぼう!

## 《ビー玉で動く車》

どうして??  
なんで走るの?

ビー玉のタイヤが  
ス〜と進みます!

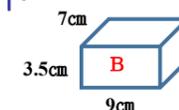
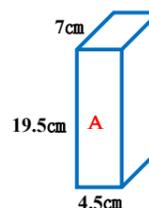


### 【用意するもの】

牛乳パック1ℓ2本/ビー玉4個/色画用紙/両面テープ/ハサミ  
ペットボトルのキャップ4個/プラスチック用ボンド/カッターなど

### 【作り方】

- 牛乳パック2本の底から19.5cmの部分の折り線を切り取る。(車の長さ)
- (1)を更にAの図に切って準備する。  
1本に好みの色画用紙を貼る。もう1本は車の下を作る。
- 車の下は①の写真のように直径1.8cmに丸く穴を開けてビー玉を穴にはめ、②の写真のようにペットボトルのふたの周りにボンドをつけてかぶせる。
- Bの図は車体の上の部分です。切って好みの色画用紙を貼る。
- ③の写真のように車の上と下を貼り車の形を作る。  
窓・タイヤ・ライトなど好みの形に切って貼る。



## 3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	3/12(火)	H30年11月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	3/7(木)	H29年8月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	3/6(水)	H28年8月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	3/13(水)	H27年8月生	午後0:15~0:30



# かんたんクッキング

## 豆腐ベース卵なしキッシュ

### 【材料】(作18cmタルト型1個分)

冷凍パイシート(卵不使用)1枚(150g)

卵なしキッシュのベース

- A
- 木綿豆腐 . . . . . 1丁(300g)
  - 白味噌 . . . . . 大さじ1
  - 酢 . . . . . 大さじ1/2
  - 塩 . . . . . 小さじ1/2
  - 玉ねぎ . . . . . 1/2個
  - しめじ . . . . . 50g
  - ほうれん草 . . . . . 1/4束
  - ベーコン(卵不使用) . . . . . 3枚
  - バター . . . . . 10g
  - ピザ用チーズ . . . . . 50g



### 【作り方】

- パイシートは半解凍してタルト型に敷き詰め、フォークで穴をあける。
- 玉ねぎは縦に半分に切って薄切りに、ほうれん草は長さ3cmに切り、しめじは石づきを切り落としてほぐす。ベーコンは幅1cmに切る。
- フライパンにバターを入れて弱火で玉ねぎを炒め、透き通ってきたらしめじ、ほうれん草、ベーコンを入れて1~2分野菜がしんなりするまで炒め合わせる。
- ポウルにAを入れてよく混ぜ合わせ、ピザ用チーズ半量と③を加えてざっと混ぜる。
- ①タルト型に④を均一に詰めて残りのチーズを散らし、180℃に予熱したオーブンで40分、きれいな焼き色がつかまで焼く。

## 3月休日救急当番医

施日	病院・診療所名	住所	TEL
3(日)	かきさか医院	寿町16	53-2255
10(日)	山谷胃腸科内科	温湯上川原7-10	54-8370
17(日)	兼平医院	市ノ町18	52-3305
21(木)	佐々木内科小児科医院	山形町73	53-5125
24(日)	レディス・みかみクリニック	前町49	52-8618
31(日)	たかはし内科循環器科クリニック	ぐみの木1丁目67-1	59-2200