

こんにちは！ なでしこ保育園



2026年 1月発行 第142号

寝屋川市美井元町28-3

832-3777

です



あけまして おめでとう ございます
今年もよろしく お願ひいたします



保育園では 12月17日楽しいクリスマス会がありました。♪あわてんぼうのサンタクロース♪に合わせて保育者による寸劇やハンドベル演奏 そして…サンタの登場～でプレゼントをもらいました。

鈴の音が聞こえてくるとソワソワする子ども達、サンタの登場に「うわ～」「キャ～」と歓声があがります。

クラスに戻り サンタさんからプレゼントをもらいました。給食・おやつもいつもとは違う雰囲気で子どもたちも大喜びでした。



七日正月

1月6日の夜から7日にかけては、七日正月とよばれ、正月飾りをはずすほか、各地でさまざまな行事がおこなわれます。

七草粥（7日）
むかしの中国ではこの日に7種の野菜の汁ものを食べて、健康を願う風習がありました。日本にはもともと、15日に7種の穀類を粥にして食べる風習があり、このふたつが合わさって、七草粥を食べるようになったといわれています。
「若菜から力をもらって、病気をふせぐ」という意味があります。



なずな
(べんべん草)



なずな
(べんべん草)



すずしろ
(だいこん)



すずな
(かぶ)



ほとけのざ



ごぎょう
(はせこ草)

鏡開き

正月のあいだ、年神さまにお供えしていた鏡餅をおろし、おしるこなどにして食べることをいい、おもに11日におこないます。年神さまへのお供えを食べることで、1年をしあわせにすごすための力をつける、という意味があります。年神さまが刃物をきらうという考え方から、包丁を使わずに手や木づちなどで鏡餅をわります。



なでしこ広場

日時:1月16日(金):10:00~11:00
場所:なでしこ保育園(遊戯室)
内容:体育遊具あそび
持ち物:飲み物・タオル
☎ 要予約 072-832-3777

なでしこ保育園でも 0.1歳児が廊下や遊戯室を押しています。つかまり立ちが出来ると、押したくなりますがまだ止まることはバランスが崩れやすくなります。箱イスはタイヤがついていないのでしっかりと踏んばれて、体つくりにもよいので長年愛用しています。

箱いすでごっこあそび



熱がある時の食事

材料 (容量 500mlのステンレス容器)

牛乳 … 300ml
生クリーム … 100ml
スキムミルク … 45g
さとう … 40g
はちみつ … 大さじ1

つくり方

- ① ボウルにスキムミルク、さとう、はちみつを入れてまぜながら、牛乳を少しづつ加えてよくまぜる。
- ② 生クリームを加えてまぜ、容器に流し入れて冷凍庫へ。
- ③ 1時間してかたまってきたら、空気を入れるようにスプーンなどでかきまぜて、また冷凍庫で凍らせる。以降数時間おきに2~3回くり返す。

* 乳脂肪分が控えめでかたく凍るため、③のあと、小わけにしておくとよい。
* はちみつを使っているので、1歳未満の子どもには与えない。



とろとろプリン

完全栄養といわれる卵は、弱った体を元気にします。

材料 (容量 100mlのココット型4個分)

牛乳、生クリーム … 各 100ml
卵 … 1個
さとう … 30g
Ⓐ レモンしぼり汁 … 大さじ1
水 … 50ml



ホームページにも載せてありますので、そちらでもご確認いただけます。



つくり方

- ① 小鍋に牛乳、生クリームを入れて沸とう直前まであたためる。
- ② ボウルに卵を割り入れ、さとうも入れて、Ⓐを少しづつ加える。
- ③ ②に①を少しづつ加えてまぜる。
- ④ ③をこし器に通して型に流す。
- ⑤ 蒸し器に入れ、蒸気の上がった蒸し鍋にセットし、弱火で10~12分蒸す。粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。

* 150°Cのオーブンで、15~20分蒸し焼きしてもよい。