



# どろんこ通信

社会福祉法人  
ささやま福祉会  
笹山保育園  
045(381)7465

今年はずっと暖冬で、日中は過ごしやすい日が多いですね。  
園庭では、上着を着ずに元気よく走りまわっている子ども達の姿も見られます。  
例年よりも早い春一番も吹きましたが、朝夕と日中の寒暖差があるため  
衣類の調節をして、体調管理に気をつけて過ごせると良いですね。  
桜が咲くのもあともう少し。暖かい春が待ちどほしいですね。

## 2・3月活動予定

### ◆ 2月27日(火) ひな祭り製作



・手形・足形でかわいいおひな様を作りますか?  
かわいいお子さんの成長の記録にもなりますよ。  
(要予約3組)

#### 《ひな祭りの由来》

ひな祭りは女の子の幸せや成長を願う3月3日に行われるお祝いで、  
中国の上巳節を起源とし、人の代わりに人形に厄災をばらまき、  
川へ流す「流し雛」や、平安時代に宮中の女子が遊んでいた人形「ひいな」などが  
由来となっています。

### ◆ 3月5日(火) 給食体験 (有料, 要予約3組)

〈持ち物〉エプロン, おしぼり

・保育日の給食を食べに来ませんか?  
食事に関して聞いてみたい事も、管理栄養士に  
聞くことができます。

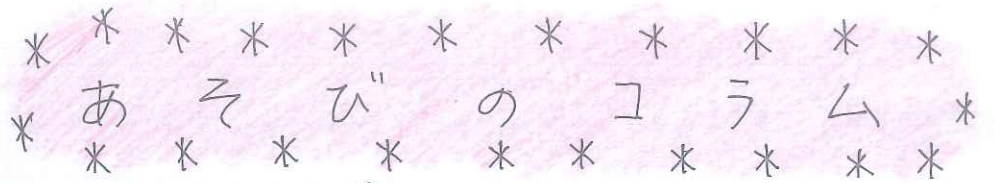
・メニュー: チキンカレー, 甘酢和え, バナナ

※アレルギー: 牛乳, 小麦を使用しています。

確認したい事がありましたら、ご連絡ください。

・お子さんひとり分を提供します。¥300徴収させていただきます。  
※離乳食の提供は、今回はありません。

※参加を希望される方は、両日共に活動の3日前までにご連絡をお願いします。



### ◎ 春を探してみよう!

・おさんぽでつくし探し

つくしが生え始めるのは冬の寒さがやわらいで暖かくなってきてからです。  
つくしは春の風物詩ともいえます。  
見た目は地味ですが、かわいいつくしの頭を見ると「春だな〜。」と感じますね。  
子どもと一緒に「つくし」を見つける春探しも良いですね。

・どんな場所に生えている?

日当たりの良い、雑草がたくさん生えている水分がしっかりとあまる場所を好むようです。  
庭や空地、街路樹の植込めなどおさんぽしているときに見つけやすい場所に  
生えていると思います。

・つくしで遊んでみよう!

探ってきたつくしを、  
おままごとの材料にして、  
砂のケーキに飾ったり、  
野菜に見立てて砂=混たりにして  
他の草花と一緒に遊ぶのも  
いつもと違って見えて  
楽しいですね。



・つくしは食べられます!

① つくしをたっぷりの水を使って汚れを落とす。

② つくしのはかまを指でつまんでくると探る。

③ スプーン1杯の塩と少々酢でさっと

20~30秒茹でたら、すぐに水にさらす。

※ ①~③ 下処理

④ 下処理の後は、

卵とじにしたり、お浸しやきんぴら、

佃煮にしたりとお好みで料理して

春を楽しんでみて下さい。

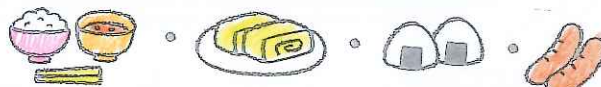


### 栄養たっぷり冬野菜

大根やかぶ、ネギや白菜などは、  
気温が低くなることでどんどん味が  
よくなります。  
また、根菜といわれる大根、ごぼう、  
さといも、れんこんなどは、体を温めてくれます。  
たくさんの冬野菜を鍋や豚汁、  
寒い朝に汁物として一品プラスすると、  
栄養も取れて体もポカポカになりますね。

元気にもりもり食べて

寒い冬を乗りきりましょう!!



### ごあいさつ

今年度も地域活動に  
参加していただき、  
ありがとうございました。

次年度も引き続き  
親子で楽しめる活動を行って  
いきたいと思っておりますので、  
よろしくお願ひします。

今年度の園庭開放は  
3月26日までです。

次年度は、4月16日からです。  
お待ちしております。

