

10月号子育て通信

なかほ

秋のなかほまつり
10月22日(土) AM 10:00 ~ PM 14:00
 楽しい催し物がたくさんありますのでみなさん
 お誘い合わせの上、ぜひ遊びにいらして下さい!
 ・フードコート・販売コート・だごしや
 ・ミニ新幹線乗車コート・喫茶コート
 ※入場無料※販売物有料

子育て相談お受けします。
 AM 9:00 ~ PM 17:00 (TEL・面接・訪問・メール)
園・園庭開放 気軽に遊びに来て下さい。
 AM 9:00 ~ 11:00 PM 14:00 ~ 17:00 (月~土)

秋のバイオリン&うたの日
10月27日(木) PM 17:00 ~
 場所: 中郷保育園 お遊戯室 *無料
 演奏: 山本清春先生
 お子さんと一緒に美しいバイオリンの
 音色を楽しみましょう!!

ピョピョサークル
10月4・18日(火)
 AM 9:00 ~ 11:00
 同年齢のお子さん達と
 触れ合えるOPEサークル。
 参加無料 *予約(3日前)

食育の日
10月19日(木)
 PM 16:00 ~ 17:30
 今月は...
 ミニかぼちか PM 無料

nakahoサロン
10月14日(金)
 PM 16:00 ~ 18:00
 今月は...
 ひとくちバケット
 無料

10月 イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1. 衣替え
2. 休日保育	3. 休日保育	4. ピョピョ	5. Hip+Hop	6. まへな	7. まへな	8. 手洗い教室 フリー参観
9. 休日保育	10. 休館の日	11. 休日保育	12. Hip+Hop	13. まへな	14. まへな サロン	15. 親子de フッキング
16. 休日保育	17. 休日保育	18. ピョピョ おたかみ会	19. Hip+Hop 食育の日	20. まへな	21. まへな	22. なかほ まつり
23. 休日保育	24. 休日保育	25. 休日保育	26. Hip+Hop たん生会	27. まへな バイオリン うたの日	28. まへな	29. 休日保育

親子deフッキング
10月15日(土) PM 14:00 ~ PM 16:00
 今月は... **フライパンちぎりパン**
 持ち物: エプロン・三角巾・フライパン
 水分補給用のみ物
 参加費 1組800円・要予約(3日前)

中郷保育園事業内容のお知らせ
 延長保育・乳児保育・休日保育・ふれあい保育
 病後児保育「トロのおうち」・学童保育
 詳しいお問い合わせ... 中郷保育園(53)3715



おすすめ絵本

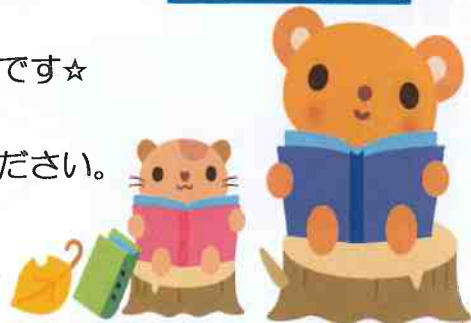
「おつきさまこんばんは」

作：林 明子 福音館



空に浮かぶお月様を、あかちゃんは不思議な生き物のように見つめます。そのお月様や、お月様の前を横切る雲と、お話するように描かれた傑作です。

赤ちゃんにおすすめの絵本です☆親子で楽しめる一冊です☆ぜひ、ご覧になってみてください。



家庭の医学ちょいアドバイス

脳を育てる「DHA」

DHA(ドコサヘキサエン酸)は、脳や網膜など神経系の動きに不可欠な栄養素で、母乳にも含まれています。

DHAは、神経系の発育や発達を助けるため、脳の成長が著しい乳幼児には特に重要な栄養素として注目されています。

体内で作られる量が少ないので、食品から取り入れることが大切です。魚介類の脂に多く、特にサバ、アジ、イワシなどの青魚に多く含まれています。積極的にとりたいですね☆



☆間違い探しの答え☆

ネコ、男の子の帽子の先っぽ、左の口のふた、左の皿の模様、左のかぼちゃの葉、かぼちゃの口の、ホウキのり、スライム菓子と一緒に入っている物

簡単にできる旬のレシピ

♡揚げないちくわフライ(コロッケ風)♡

ポテトを詰めてお値打ち&ボリュームアップ☆味付け済みで冷めても美味しいので、お弁当にも☆フライパンで揚げ焼きは簡単です!

材料(10本分)

- ちくわ.....10本
- じゃがいも...中2個(約300g)
- ゆで玉子
- マヨネーズ.....大さじ2
- 塩コショウ.....3~4振り
- 小麦粉、玉子、パン粉.....適量
- 油.....多め



作り方

- ① じゃがいもは電子レンジで串がスッと通るまで加熱する(目安:600Wで5分)皮を剥いてボールの中で潰す。
- ② ①に潰したゆで玉子、●を加えてよく混ぜ合わせる。
- ③ ちくわに包丁で切り目を入れ、②を詰めて形を整える。
- ④ ③に小麦粉、溶き玉子、パン粉の順に衣を付ける。フライパンに多めの油を熱し、転がしながら揚げ焼きをする。



☆今月のうた☆



おおきなくりのきのしたで

調音者不明 外国曲

♩=104

C G C C F C

おおきなくりのきのしたで あなたとわたし

G F C C G G C

なかよくあそびましょう おおきなくりのきのしたで

間違い探しコーナー



8個の間違いをみつけてね☆



ひだり



みぎ



10月 出張子育て『ま〜な』ひろば開催日

日	曜日	内容	場所
6	木	遊びのひろば、育児相談など	スポカルイン 黒石
7	金	遊びのひろば、育児相談など	
13	木	遊びのひろば、育児相談など	
14	金	遊びのひろば、育児相談など	2階親子アリーナ
20	木	ハロウィン製作、遊びのひろば、育児相談など	
21	金	遊びのひろば、育児相談など	
27	木	遊びのひろば、育児相談など	
28	金	遊びのひろば、育児相談など	



中郷保育園はここです☆遊びに来てくださいね TEL 53-3715