

2018 (平成30) 年

幼保連携型認定こども園
ニコニコ桜保育園 南郷町8-12
ニコニコ桜夙水園 結善町1-28
<http://www.2525sakura.com/>
tel 75-0024 fax 75-0444



あげはの幼虫

ニコニコ桜だより7月号

《汗は健康のバロメーター》 にこにこ給食だより(〜♪

汗はとても大切な役割をもっています。

- 体温調節をします
皮膚の水分(汗)が空气中に蒸発する際に、熱もいっしょに放散します。
 - 体の中の水分量を調節します。
体の中の水分は尿や汗となって排出されます。減った分の水分は、飲み物や食事などから補給します。
 - 疲労のもとになる物質を排出します。
 - 自律神経のバランスを整えます。
 - 肌を保護します。
- 汗の水分といっしょに分泌される皮脂が、皮膚の表面を守ります。

汗をかくために必要な能動汗腺は2歳半頃まで増え続け、その後は障害増えません。小さいころに汗をかく生活をするのも大事ですね。



【材料 4人分】

合い挽きミンチ	120g
玉ねぎ	60g
土生姜	4g
パン粉	12g
塩	0.8g
ケチャップ	12g
小麦粉	44g
グラニュー糖	7.2g
塩	0.1g
バター	30.4g

くるくるハンバーグ



《手順》

- バターを1cm角に切り冷凍庫で凍らせる。
- フードプロセッサーで①と小麦粉・塩・グラニュー糖をサラサラになるまで回し、冷水を加える。
- まとまってきたら、生地をボールに移し冷蔵庫で寝かせる。
- ボールにミンチを捏ね、みじん切りにした玉ねぎ・土生姜・パン粉を加えよく捏ねて、ハンバーグの生地を作ります。
- ③を長方形に伸ばし、その上に④を広げ手前から巻いていきます。
- 巻き終わりはしっかりとくっつけ1cm幅に切ります。
- 鉄板に並べオーブン200°Cで10分焼きます。

0歳しずく組

だっだぁー

作：ナムーラミチヨ
主婦の友社

赤ちゃんの言葉あそび、、、「ぶっひゃひゃあー」「むちゅむちゅ」。赤ちゃんだっておしゃべり大好き♡言葉の音を楽しむむココロをくすぐります♪調子をつけたり声色を変えたり自由に盛大に読んでみてください。



1歳わかば組

こんこんなかお

作：ますだゆうこ
絵：村上康成
そうえん社

「りんごにかおがあたらどんなかお?」「やかんは?こんにやくは?」歌に合わせて、色々な顔が登場する絵本です。こんにやくの顔は大笑い間違いなし!ぜひ、子どもと一緒に色々な表情を楽しんでください。



2歳もも組

ねこガム

作：きむらよしお
福音館書店

どうなっちゃうの?まさかの展開にドキドキ...ワクワクがたまっているととてもユニークな絵本です。



3歳たいよう組

ふしぎなあおいバケツ

作/絵：なりたまさこ
ポプラ社

雨上がりに公園に行くと1つの青いバケツが。手や足を入れると大きくなるバケツ。いろいろな動物が出てきて夏の暑い日に水遊びがしたくなるような絵本です。



4歳そら組

おじさんのかさ

作・絵：佐野 洋子
講談社

おじさんにはお気に入りの傘がありました。でも雨が降っても傘を差さず、外を歩くとときはほかの人の傘の中へ。自分の傘が濡れるのが嫌なのです。とってもとっても大事な傘ですがおじさんはかさをさすのでしょうか...?



☆ニコニコ桜保育園の子どもたちが、大好きな絵本の紹介をします☆