

鮭 2切れ  
しめじ 1/2パック  
玉ねぎ 1個  
バター 25グラム  
絹豆腐 1/2丁  
みそ 小さじ1/2  
コンソメ 1つまみ  
牛乳 大さじ1  
塩・こしょう 少々  
とろけるチーズ 適宜

④フライパンにバター半量を溶かして鮭を皮目から焼く。しっかりと焼き目がついたら裏返して反対側も焼く。焼き上がったら取り出して、一口大に切っておく。  
⑤④のフライパンに残りのバターを入れて、玉ねぎを炒める。半透明になったらしめじを加え、さらに炒めていく。  
⑥アルミカップに④の鮭、⑤の野菜、豆腐クリーム、チーズの順に入れていき、180℃のオーブントースターで約10分、こんがり焼き目がつくまで焼く。

★しょうゆ 大さじ1/2  
★みりん 小さじ1/2  
サラダ油 少々



### ○おから春巻き○

**材料(4人分)**  
豚ひき肉 60g  
人参 1/4本  
玉ねぎ 1/4個  
にら 2~3本  
もやし 1/4袋  
生しいたけ 1個  
おから 40g  
★しょうゆ 小さじ1  
★料理酒 小さじ1  
★塩 ひとつまみ  
片栗粉 大さじ1  
ごま油 少々  
揚げ油 適量  
春巻きの皮 4枚

#### <作り方>

①人参としいたけは千切り、玉ねぎは薄切り、にはら3cm幅くらいに切る。  
②フライパンにごま油をひき、豚ひき肉と野菜を炒め、火が通ったら★の調味料で味付けをする。  
③味がなじんだら、おからを加えて炒め最後に少々水で溶いた片栗粉を入れ具にまとまりをつける。  
④4等分にした具を春巻きの皮に包み、180℃の油でこんがりときつね色になるまで揚げる。

### ○じゃがコーンの揚げ餃子○

**材料(10個分)**  
じゃがいも 1個 塩 ひとつまみ  
コーン 大さじ1 餃子の皮 10枚  
ハム 1枚

#### <作り方>

①じゃがいもの皮をむいて一口大に切りゆでるか電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。  
②ハムはコーンと同じくらいの大きさに切る。  
③①のじゃがいもをつぶし、コーン、ハム塩を混ぜる。(パサつく場合は牛乳等を加えてなめらかにする)  
④③のタネを包み、揚げ焼きにする。

### ○かんたんチーズケーキ風○

**材料(5~6個分)**  
クリームチーズ 100g  
ジャム 20g  
グラノーラ 20g  
タルト 5~6個

#### <作り方>

①ビニール袋にクリームチーズとジャムを入れ、もむように混ぜる。  
②全体がよく混ざったら、グラノーラを加え、さらに混ぜ合わせる。  
③袋の角を切り、タルトに絞り出す。  
④冷蔵庫で冷やし固める。

### ○お麩のラスク○

**材料(4人分)**  
ちくわ麩または焼き麩 16個  
バター 20g  
砂糖 大さじ1と1/3

#### <作り方>

①バターを溶かし、砂糖を混ぜ合わせておく  
②お麩に①をからめる。  
③180℃のオーブンで10分くらい、こんがりするまで焼く。  
★焦げやすいので、気を付けましょう★

# 6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 誕生会	2
3	4 園庭開放	5 ラフリーデー (2歳以上)	6 子育てサロン つるがや	7 園庭開放	8 園庭開放	9
10	11	12	13	14	15	16

## ★料理教室★

【もぐもぐ離乳食】

○6月22日(金) 10:00~11:30  
○参加費:無料 ☆託児あり☆  
○持ち物:三角巾、エフロン

※定員10組程度。初めての方優先となります。

## ★ラフリーデー★

ので体調管理に気を付けていきましょう。6月に入ると、じめじめとした梅雨の時期に入ります。大人には憂鬱な雨の朝も、子ども達の手にかかれば“楽しい♪”に変身です。水たまりに足を入れて『バシャバシャ、ピチャピチャ』と思いきり遊べるのも子どもだからこそ！水の跳ねる音を聞いたり、かたつむりを探してみたり、雨の日ならではの楽しみをお子さんと一緒に発見してみたいかがでしょうか。

さて、5月はラブリーデー2回と料理教室、子育てサークルに足を運んでいただきありがとうございました。たくさんのお友達と遊んだり、お母さん達とお話できてとっても楽しい時間を過ごすことができました。数少ない遊びの場ではありますが、思いっきり身体を動かしたり、他のお母さん方や先生とお話したり、晴れた日には園庭開放もしています。子ども達のエネルギー発散、そしてお母さん達のリフレッシュのためにも、是非お気軽に遊びにいらしてくださいね。楽しみにお待ちしております(∩∩∩)

第2回 5月10日(木)  
2歳以上のお友達

## ラブリーデー

第3回 5月22日(火)  
0・1歳のお友達

今年度初めての2歳以上のお友だちのラブリーデー。連休明けすぐだったこともあってか人数は少なめでしたが、ほんわかとした楽しい時間を過ごすことができました。まずはみんなが大好きな『アンパンマン体操』からスタート！アンパンマンのパペットとハイタッチをしながらとても嬉しそうに踊っていたお友達でした。『ポップコーン』は踊り終わった後息が上がってしまうほど動きのある体操でしたが、お家の方も楽しんで踊ってくださり、先生達も必死に踊りました(笑)



今月は『木登りさるさん』を作りました。クレヨンでおさるさんの目や口を描き、糊でぺたぺたして可愛いおさるさんを完成させました。それぞれとてもかわいい表情のおさるさんが出来上がりましたよ。完成した後はお母さんと一緒に紐を左右交互に引っ張って遊びました♪おさるさんが上に登っていく様子を見て「わぁ〜！」と大喜びのお友だちでした！



第3回目のラブリーデーは、0・1歳のお友達を対象に開催されました。触れ合い遊び「かあさんらっこのものがたり」では、ゆったりとお母さんの膝の上に抱っこしてもらったり、テンポよく身体をポコポコしてもらったり突いてもらったり、撫でてもらったりとリラックスして幸せそうな様子のお友達。お子様とのスキンシップにとっても嬉しそうなお母さん達の表情も印象的でした。



今回のラブリーデーでは、室内遊具遊びを行いました。ハイハイランドやボールプール、トンネルや手作りのボール転がしに大興奮のお友達。上手にバランスを取りながら階段や坂道の上り下りをしたり、ボールプールの中でゆったりと遊んでいてとっても楽しそうでしたね！トンネルは、最初は恐る恐る覗いてみていたお友達も、ドキドキしながら中へ・・・入ってみたら、あら！楽しい！！何度も何度もトンネルをくぐって遊んでいるお友達がたくさんいました。ボール転がしは、今年度初の大作手作り玩具！喜んで遊んでくれるお友達がたくさんいてとってもうれしかったです！！



イヤイヤ期・・・ママにとっては怖い言葉かもしれませんがね。個人差はありますが、1歳半過ぎからイヤイヤ期が始まり、2～4歳まで続くことが多いようです。イヤイヤするピークが2歳ごろなので【魔の2歳児】とも言われています。毎日『イヤイヤ』ばかりで、ママはイライラ&ヘトヘト。買い物に行くのも一苦労。何をやるにも今までの倍の時間が掛

生まれてすぐは『オムツが気持ち悪い』『お腹が空いた』等の欲求を泣くことで大人に知らせていた赤ちゃんですが、発達と共に欲求の種類も増え、言葉を話すようになってきます。すると、徐々に自分の欲求や気持ちをママやパパなど周囲の大人にぶつけ、【自分の感情を人にぶつけるとどうなるか】【その欲求は受け入れられるのか】【相手にも気持ちがある】【泣く以外に思いを伝える方法がある】などを体験し始めます。こういった体験を何度も繰り返すうちに、感情のコントロール方法や他人への思いやりなどを身につけていく子どもにとってとても大切な時期なので、子どもが順調に成長している証の1つと思いがら