



保育園のこんだて



子育て情報誌

なつ号

★かじきゴマ焼き★ 4人分 (大人2人、子ども2人程度)



【材料】

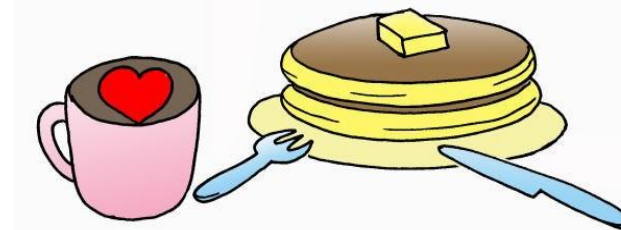
- ・メカジキ・・・4枚 (1枚50g)
- ・醤油・・・小2
- ・本みりん・・・小1
- ・酒・・・小1
- ・白すりごま・・・小1

【作り方】

- ①魚をたれ(醤油、みりん、酒、ごま)に漬けます。
- ②魚焼き(グリル or オーブントースター)で約11分焼きます。

【ポイント】(^ ^)

ごまだれさえあれば他の魚でも豚肉や鶏肉での応用が出来ますよ。



「こんにちは「ほっとケーキ」です。」

ほっとケーキは 市内の公立保育園
4園が作る情報誌です。

保育園の活動を紹介したり
地域のお母さんたちの子育ての
応援をします。

忙しい時間に「ほっ」と一息!
お母さんたちの心のオアシスに
なりたいと考えています。

| | | |
|--------|--------------|----------|
| 道野辺保育園 | 道野辺中央 5-7-10 | 444-1886 |
| 南初富保育園 | 東初富 2-6-50 | 443-2073 |
| 栗野保育園 | 栗野 740-1 | 443-1096 |
| 鎌ヶ谷保育園 | 鎌ヶ谷 6-8-26 | 441-1924 |

子育て情報誌 ほっとケーキは 年3回 発行します
感想をお聞かせ下さい!

アドレス kamaho@city.kamagaya.chiba.jp

鎌ヶ谷保育園

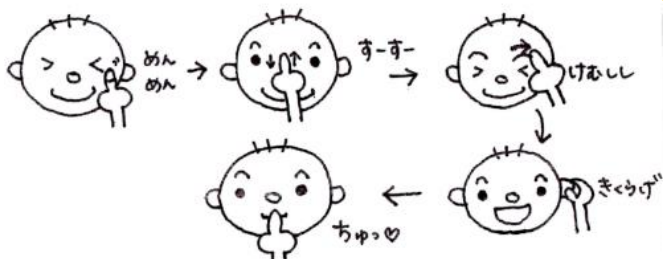
鎌保



おやこであそぼう！

♪メンメン スーシュー

- メン、メン 子どもの左目じりをつつく(2回)
- スー、スー 鼻にすじをひく(2回)
- ケム シシ 左まゆをこする(2回)
- キク ラゲ 左の耳たぶをひっぱる(2回)
- チュ 口の上に手をあてる



天気の良い日は、公園に出かけたり、お散歩に出かけたり！
でも、雨の日ってお外に出られずもやもや・・・
こんな日、みんなはどんなことをして過ごしているんだろう・・・
な～んて思ったりしませんか？
今年度のホットケーキは、保育園の室内でこんなことをしています！
を紹介していきたいと思います！！

なつ号はふれあい遊びです☆

♪ジージーばっ

- ジージーばっ！ (ばっ！でハンカチから顔を出す)
- ジージーばっ！ (いぬいぬいば～の横に！)
- 千リーン ポローンと (ハンカチを片手でつまみ左右にふる)
- とんでった～～！ (子どもの顔にかぶせる)

☆その後は、ば～っと言って

ハンカチをとってあげましょう。



♪バスにのって

- ★バスにのってゆられてく ゴーゴー！
- バスにのってゆられてく ゴーゴー！

- そろそろ右にまがりま～す 3・2・1 キキキキキー
- ★繰り返し
- そろそろ左にまがりま～す 3・2・1 キキキキキー
- ★繰り返し
- 次はデコボコ道です 3・2・1 ガタガタガタ
- ★繰り返し
- そろそろさかを登ります 3・2・1 わー
- ★繰り返し
- そろそろとまりま～す 3・2・1 キキー

どちらのポーズでもOK！！ ひざに乗せてスタートしよう！



★バスに乗って
ゆられてく～
(上下にゆれる)



♪ゴーゴー
(運転しながら
片手を上に)



右にまがりま～す
(体を右に
傾ける)

歌やリズムのわからない方は是非保育園で聞いてみてください

4園 共通・・・

園庭開放 月～金 9:30～12:00
親子で遊びに来てね(申し込み不要)

電話相談 月～金 9:30～16:00
一人で悩んでいませんか？

子育てについて困ったときなど気軽に電話してください。

4園 独自で特徴のある子育て支援を行なっています。