

たかせ3

No. 92

2021年2月

発行責任者
藤谷博紀

京都市子育てステーション指定園
たかせ保育園

下京区西木屋町通七条上ル 新日吉町126

TEL: 075-371-0840

<https://takase3.info/>

今年はいくつ年ぶりに2月2日になつたということが話題になった節分を迎えました。今年もたかせに黒い鬼がやってきましたが、年長児にじぐみの子どもたちが鬼とこまやけん玉、ドミノなどの得意な技で対決して勝ちました!

開園して70周年ということで記念誌を作る中でこれまでの懐かしい写真を見返すと、昔の園児が同じように鬼と遭遇した時の姿も見られました。この70年の間に様々な変化もありましたが、今も昔も変わらない物事もあり、そのどちらも受け止めながら、今日も子ども達と一緒に過しています。

園長

入園をお考えの方はいつでも
お問い合わせください

TEL 075-371-0840

- 🐣 開園時間は朝7時から夜7時までです。(土曜は6時まで)
- 🐣 産休明けから就学前まで保育をしています。
0才児も延長保育、土曜保育をしています。
- 🐣 冷凍母乳など母乳保育も対応しています。
充実した手作りの完全給食を実施しています。
- 🐣 地域との交流をしています。(たかせまつり、バザーなど)



大豆を使ったレシピ

「呉汁」

作り方

- 材料：4人分ぐらい
- ごぼう — 40g (8cm)
 - にんじん — 80g (1/2本)
 - 大根 — 120g (4cm)
 - 長ねぎ — 50g (20cm)
 - 豆腐 — 160g (1/2丁)
 - 大豆(水煮) — 120g
 - みそ — 36g (大さじ2)
 - 削り節 — 10g
- ① ごぼうはささがき、人参、大根はいちおの切りにする
- ② 豆腐はさいの目、長ねぎは小口切りにする
- ③ 大豆は粒が残る程度にミキサーにかける
- ④ 削り節でだしをとって、野菜を煮る
- ⑤ 豆腐を入れ、大豆とみそを入れ仕上げる。

「おからドーナツ」

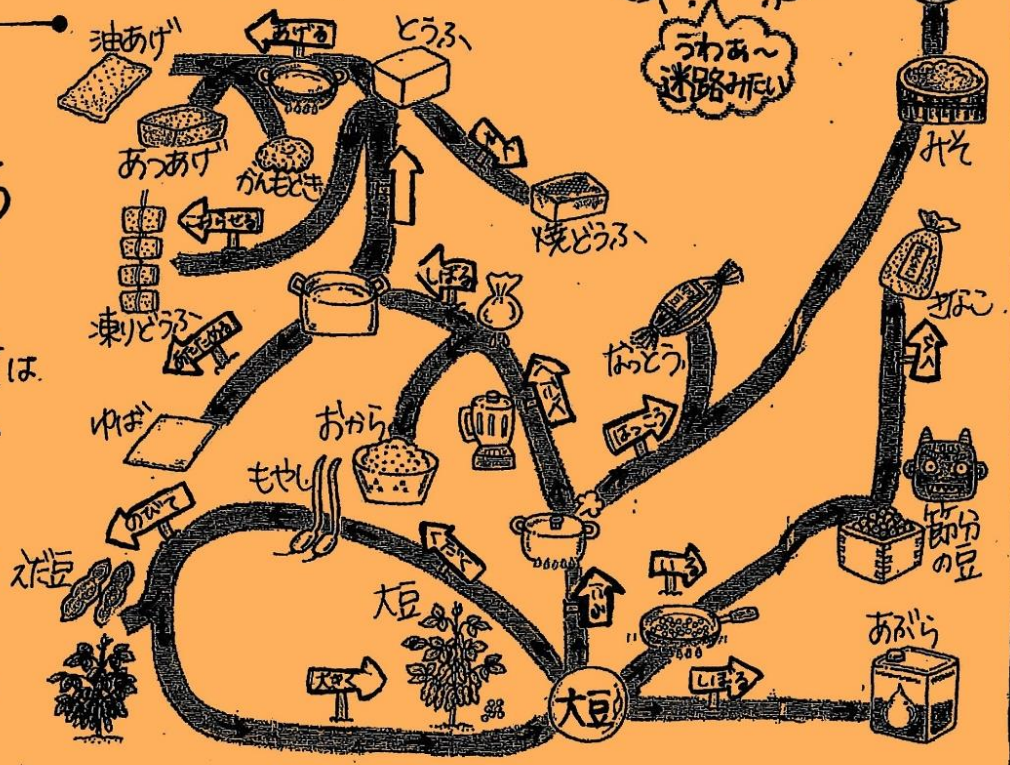
材料：約20個分 作り方

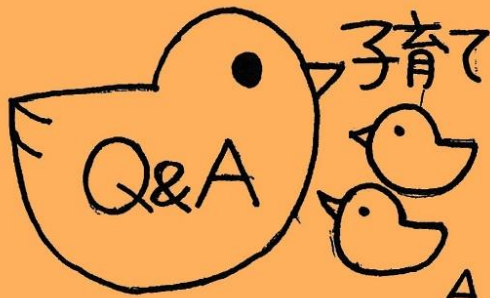
- 米粉 — 75g
 - ベーキングパウダー — 5g (小さじ1強)
 - おから — 125g
 - さとう — 35g (大さじ4ぐらい)
 - 豆乳 — 75g
 - 揚げ油 — 適量
- ① 米粉、ベーキングパウダー、さとうをボールに入れ混ぜる
- ② ①に豆乳、おからを加える
- ③ 直径3cmぐらいに丸める
- ④ 160℃ぐらいの油で揚げる



みんな大豆からできるんだ

大豆が含むたんぱく質は、肉よりも脂質が少なく、低カロリーなので生活習慣病の予防・脳の活性化などに役立つすぐれた食材です。煮豆や大豆ごはん、豆腐や納豆、しょうゆなど、加工品としても活躍します。





Q. 子どもにとって食べることは楽しいこと。でも、あそび食べやゆっくり食べる子に対して、ついつい「早く食べようね」が口ぐせになってしまいます。子どもに伝わりやすいことばかけはないでしょうか？





A. 食べたい気持ちはあるのに機能が備わっていないので、ゆっくりペースになる子、もう、ごちそうさまをしたいのに、お皿の上の残ったおかずが気になって遊んでしまう子、まったく食欲がなくてゆっくりになる子などさまざまです。立ち歩いたり、はしで人をつついたりするのは、きちんと禁止した方がいいと思います。子どもたちはみんなお皿の上をピカピカにしてごちそうさまをしたい気持ちをもっているのです。具体的にその方法を楽しく示してあげるといいのではと思います。年齢にもよりますが、「スプーンおにぎりをつくりまーす」といってスプーンに残ったごはんをきっちり固めてあげたり、ふきのときは、ストローのように穴があいていることを知らせたり、大きき歯ごかばさんのようにムシャムシャしてみようか...とか。一歳児では、調理形態が合っていないときにも食べにくいので、子どもの食べ具合もみてみましょう。



(草土文化
おかわりちょうだいより)

Q. 牛乳や卵をとりすぎるとアレルギーになると聞きましたが、どのくらいの分量、頻度で食べればよいでしょうか？

A. アレルギーを問題にするときには、おやつと食事を通して考える必要があります。卵や牛乳にアレルギー反応がある場合には、おやつもそれを除かなければいけません。しかし、特別にアレルギーがあるということではよく頻度の点で気になるという場合は、おやつだけで考えるのではなく、おやつと食事を通して1日にどのくらいとったらよいのかということを考えてみましょう。幼児期や学童期の子どもの卵や牛乳の1日の分量を図に示しました。料理に卵を十分使ったときは、おやつは別なものにするようにしましょう。

	3~5歳	6~11歳
乳・乳製品	400g 	400g 
卵	50g 	50g 

(菜ばえ社
子どもに人気の手づくりおやつより)





オススメ の絵本紹介

2月といえば...節分!

たかせ保育園の子もたちもドキドキハラハラ。
2月2日には年長さんが鬼と対決。小さい
子どもたちを守ってくれました。今回は、この時
期、各クラスで読まれている鬼絵本を紹介しま



ももたろう

「いもようこ
岩崎書店

みんなが知っている
お話です。怖いおに

の印象ですが、いもようこさんの柔らかいタッチで描か
れているので、3歳児の子どもたちも大好きな1冊です。
サイズも小さくて読みやすい。



あのやまこえて かわこえて

松谷みよこ、西山三郎
偕成社

最後に出てくるおにさん(おに)がインパクト大! 怖い
けど、いつい見ちゃう1冊です。あらべた風にも読みめ
ますよ!

鬼が出た

大西廣, 梶山俊夫
福音館



「節分の由来」や鬼の作り方、京都の街のどこに
出没するか... 詳しく描かれた1冊。2月は、この本
に金づりの子どもたちです。

酒呑童子

舟崎克彦, 下村良文
同朋社出版



これぞ「鬼の本」な一冊。
昔から語られている酒呑童子
のお話にリアルな鬼の絵が加わって怖さ倍増!
迫り満点の絵本です。表紙も一度見たら忘れられない!

おなかのなかに おにがいる

小沢孝子, 西村達馬
ひさかたチャイルド



保育園にあるのは紙芝居ですが、絵本も出版
されています。人間のおなかの中には必ず1匹の鬼
おにがいる... さて暴れん坊のゴウちゃんのおなかに
いるおにはどんなおに...?! 大人気な紙芝居!

こどものつぶやき



〜 3歳児 Mちゃん と 保育者の 朝の会話 〜

保: もうすぐ節分だよ。Mちゃんのクラスにも
鬼くちんちやう?

Mちゃん: 大丈夫! Mがな、おににタネまくから!

保: タネ?!

「マメ」と「タネ」の手が合いにほっこり♡



たかせ
ほいぐん
では...

毎年、節分には鬼が
やってきますが... 年長さん(5児)が
いろんな技を使って鬼を退治し
てくれています! 毎年、作戦を立てて
力を合わせてがんばっていますよ!