



たかせっこ

No. 93

2021年6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/>



3月まで 年中児・みどりぐみだった子どもたちも 年長児・にじぐみになり、しばらく経ちました。色々な年齢の子どもたちが一緒に過ごす時には、新しいにじぐみの子どもが、小さなお友達にブロックをつくってあげたりして、保育園で一番大きな子どもの姿が見られます。そんなにじぐみの子ども達をはじめ4月に進級した子ども達も、新たに入園した子ども達も一緒に、ご近所の皆様をお騒がせすることもあります。散歩もしながら日々すごして高瀬川沿いで花が咲き終え、みるみる青葉生い茂る姿を見せる木々のように、いつのまにか日々成長している姿を見せてくれています。

園長

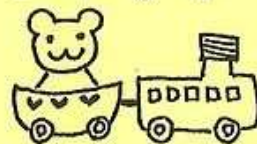
入園をお考えの方は いっでも

TEL: 075-371-0840

お問い合わせください

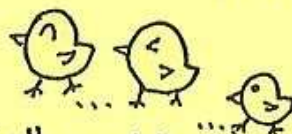
★開園時間は、朝7時から夜7時までです(土曜日は6時まで)

★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)

たかせ保育園の美味しいレシピ紹介!

★ がんづき

~岩手県など東北地方で
つくられる郷土料理です~

・ 材料 (アルミカップ8号サイズ6~7個)

A	小麦粉	135g
	重曹	小さじ1
	黒さとう(粉末)	65g
B	みそ	小さじ1.5
	水	120cc
	酢	15g (大さじ1)
	サラダ油	4g (小さじ1)
	しょうゆ	少々 (隠し味程度)

ごまやクルミなど — おこのみで。

・ つくりかた

- ① A・Bは、それぞれ計量し、混ぜあわせておく
- ② 蒸し器の用意をしておく
- ③ AにBを入れ粉っぽさがなくなる程度にサックリ混ぜる
(!! 混ぜすぎに注意!!)
- ④ アルミカップに③を入れ、おこのみでごまやクルミを散らし、20~25分ぐらい蒸す

できあがり

たかせ保育園ホームページに
レシピの写真をのせる予定です
ぜひ、アクセスしてみてください!!!

★ たけのこと ふきの炊きめ煮

・ 材料 (2~3人分)

たけのこ(ゆで)	150g	
ふき	100g	
油あげ	50g	
油	5g (小さじ1強)	
A	こいくち	15g (小さじ2.5)
	三温糖	10g (大さじ1強)
	酒	10g (小さじ2)
	みりん	10g (小さじ2)
だし汁	100cc	

・ つくりかた

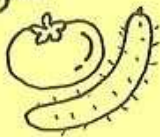
- ① たけのこはうす切りにして下ゆでする
- ② ふきは2cm幅に切る
- ③ 油あげは油抜きをし、1cm幅に切る
- ④ 鍋に油を入れ①②③を軽く炒めてだし汁を加える
- ⑤ ④にAを加え煮込む

Point

- ふきの下ごしらえ
- 1) 鍋の大きさに合わせた長さにふきを切る
 - 2) まな板の上にふきをのせ、塩をまぶして手のひらでコロコロ転がしてなじませる
 - 3) 沸騰し=湯で2分程ゆでて冷水にとる
 - 4) ふきの端のちから筋をつんでおく

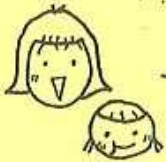
できあがり

食と健康 栽培のはなし



Q. 食べ物の好き嫌い
どうにするの？

A. 子どもの多くは生まれつき「苦味」「酸味」が苦手です。苦味=毒を含んでいる、酸味=腐敗していると認識する本能があるためです。3歳ごろから、食感や見ためなど個人の感性による好き嫌いが始まります。好き嫌いは無理になくす必要はありませんが、できれば嫌いなものは減らした方がストレスなく食事を楽しめ、人生はより豊かになりますね。子どもは未経験のものを「きらい」と表現しがちです。いろいろな食材、味わい、調理法を提供し、子どもの食体験を豊かにしていきましょう。



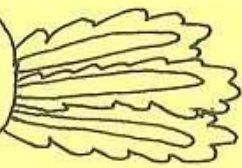
保育園での工夫①

・苦手なものを全部残すのではなく「1つだけ」食べることからスタート。そして食べられたらたくさんほめて、次は2つにチャレンジ！最初からお皿に盛るのを1つにするとお皿ピカピカ々の達成感も目に見えて自信につながりますよ。楽しい雰囲気も大切ですね。

保育園での工夫②

・野菜が苦手なら... 自分で育てみる！毎日水をやって、大きくなる様子を見たり、親子で収穫を楽しむことで、いつもの野菜が、美味しく感じる！ぜひお家で栽培、楽しんでみてください。

たかせ保育園でも栽培に取り組んでいます！



たかせ保育園では屋上や園庭などで育てています。夏にはたくさん収穫できますよ。

- ・ プチトマト ... 畑でもプランターでもできます。ホームセンターなどで苗を買ってきて植えましょう。赤だけでなく、黄色などもありますよ。
- ・ きゅうり ... 畑でもプランターでもできます。黄色い花のあとに小さい実の赤ちんのようなものができて、それが次第に大きくなります。かわいいですよ。
- ・ オクラ ... 畑でもプランターでもできます。苗が大きくなるとニョキニョキとんがた実がたくさんできます。ゆがいておかか合えなどオススメですよ。

親子であそぼう会の日程・内容

- 7月20日(火) 水あそび・プールあそび
- 8月17日(火) 水あそび・プールあそび
- 9月21日(火) 室内運動あそび・子育て相談
- 10月2日(土) うんどう会 参観・競技参加
- 10月19日(火) 園庭あそび または 室内あそび
- 11月16日(火) 親子製作 2022年カレンダーづくり
- 12月21日(火) 親子製作 クリスマスグッズづくり

夕オレ。
子どもの着がえいります。

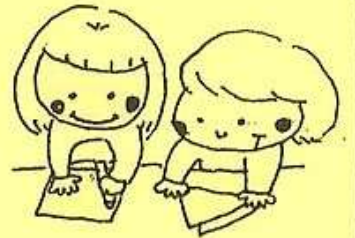
※費用はかかりません

※時間は10:00~11:30ごろ

※うんどう会以外は、たかせ保育園で行います。

※急な中止、内容変更等ありますので、必ず事前に連絡してください。

TEL 075-371-0840



◎ たかせまつり 7月10日(土)

※中止、縮小等の可能性が
あります。必ず事前に問合せ
してください。

◎ 大バザー 11月7日(日)

えほん

紹介 『まゆとそらとぶくも』 富安陽子女、降矢なな絵、福音館書店



やまはのむすめ、まゆが「原はで不思議なくも」を見つけます。まゆが
手をのびてさわるとすると、ぶくんとゆれて、くもが逃げ出し...くもは一体
どこへ行く?! まゆと不思議なお友だちとのハラハラドキドキ...そして心あた
たまるストーリーです。たかせ保育園では、みりくみ(4歳児)に大
人気の一冊です。