



すくすくだより 9月の地域活動



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび	にちようび
		1	2	3	4	5
6	7 大型絵本 (zoom) 保育者による絵本の読み聞かせを楽しみませんか? 10:30~11:00 9月1日予約開始	8	9	10	11 バイリンガル絵本クラブ (zoom) 英語の先生による絵本の読み聞かせです。楽しく英語にふれてみませんか? 10:00~10:40 9月1日予約開始	12
13	14	15 イライラしない子育て術! (zoom) お子様への対応のコツや感情のコントロール法など臨床心理士に聞いてみませんか? 13:30~14:30 9月1日予約開始	16	17	18 	19
20 	21	22	23	<p><対象></p> <p>オレンジ⇒保育園・幼稚園に通っていないお子様</p> <p>ピンク ⇒妊婦さん〜生後4か月頃までのお子様が いる方</p> <p>緑 ⇒小学生までのお子様</p> <p>青 ⇒大人の方</p>		26
27	28	29	30	<p>お問い合わせ</p> <p>光明第八保育園</p> <p>住所：八王子市上柚木3-13-2</p> <p>TEL：042-675-4811</p> <p>http：//www.koumyou8.net</p> <p>担当 小野</p>		

ご利用のご案内

〈対象〉
保育園・幼稚園に通っていないお子様

〈予約について〉
予約の受付は土・日祝日を除く平日
10:00~16:00となっています。

定員はありません。沢山のご参加お待ちしております。

〈参加費〉
無料です。

※コロナウィルス対策により、ZOOMで行うものもあります。IDをご一緒に送らせていただきますので、是非ご参加ください。

☆光明第八保育園では一斉送信システムを通して保育園行事の案内、保育所体験やすくすく広場のお知らせ等を配信しています。近隣の未就園児の方にも是非ご紹介ください。尚、登録は事務所までお声掛けください。たくさんの登録お待ちしております！！

子育て情報

保育園で大人気の副菜メニューです。是非お家で作ってみてください。

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……



① てのひら

② 手の甲

③ 指の間

④ 指先、つめ

⑤ 手首

⑥ 洗い流す

チェック!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

小松菜とたらこの和え物



<材料>3~4人分

・小松菜	100 g
・もやし	70 g
・人参	20 g
・たらこ	20 g
・しょうゆ	小さじ1

<作り方>

- ① 小松菜は茹でて2~3cmにカットする。人参、もやしも茹でる。
- ② たらこをほぐし、クッキングシートに平にひろげ、180℃に予熱したオーブンで約10分焼く。
- ③ 水気を絞った小松菜、人参ともやしと②のたらこを混ぜ、しょうゆで味付けして出来上がり。(たらこの塩加減でしょうゆは調整してください)

☆もやしは電子レンジで加熱しても美味しくできます。

☆小松菜をほうれん草にかえたり、きのこを入れても美味しいです。

