



アッピ-ちゃんクラス

# あたより (第10号)

平成30年1月

古牧あすほ幼稚園

寒い冬も子ども達にとっては魅力がいっぱい。  
雪が降っている空を見上げた時の表情、氷を見つけた時の笑顔... そんな子ども達の姿を見ているとホカホカと温かい気持ちになります。

毎年、この時期になるとインフルエンザやノロウイルスが流行します。予防いっしょで手洗し、体調を崩さなく元気にアッピ-ちゃんクラスに来てください。



## 2月のアッピ-ちゃんクラスは...

6日(火) 手作りラテオムレットで給食を食へよう	<持ち物> 上はき・水筒・着がえ ハサミ・クレヨン コップ・箸(お箸)	・幼稚園の子達も楽しみしている「あたのしお給食」を食へましょう。 メニューは「あたのしお」にて下さい。(お持ち物の準備は各自で行ってください) ・終了時刻が12時すぎになりますのでご注意ください。
13日(火) ひな人形を作ろう	<持ち物> 上はき・水筒・着がえ ハサミ・クレヨン	・おひなさまとおたまりさまを作りましょう。 かわいいひな人形が出来たらおうちで飾ってください。
20日(火) 幼稚園の中を探検してみよう	<持ち物> 上はき・水筒・着がえ	・幼稚園の中を探検してみよう。いつも見ている所も違う発見があるかもしれません。
27日(火) 手型をとろう	<持ち物> 上はき・水筒・着がえ	・粘土で手型をとります。みんなの手はどのくらい大きくなったかな？ ・汚れにくい服の制作ができるようご準備下さい。

### あけぼのらんど

2月21日(水) 10:00~12:00

今年度最後のあけぼのらんどです。  
ぜひみなさんでお出掛け下さい。

### 育児相談日

~お気軽にご相談下さい~

2月15日(木)

どうぞお気軽にご利用下さい。ご希望の方は手紙かお電話でご連絡下さい。  
後の電話で打ち合わせさせていただきます。

## つくとみよう!!

病気というほどではないけれど、ちびっ子調子が悪い時すぐ作れるお手軽レシピです。

### 『はちみつ大根』

のどが痛いなーと  
思ったら...

<材料> 6~7歳分

大根 ... 100g  
はちみつ ... 大さじ

<作り方>

- ① 大根は皮をむき、1cm角にカットする
- ② 容器に①とはちみつを入れ混ぜる  
ひと晩冷蔵庫で漬けておく。



シロップに湯を混ぜて飲みます

### 『みかん茶』

みかんのビタミンCをまるごと  
摂りたい時におすすめ

<材料> 1人分

みかん(H) ... 1コ  
ほうじ茶 ... 50ml  
はちみつ ... 小じ

<作り方>

- ① みかん汁を(1)倍
- ② ①にほうじ茶とはちみつを加えて混ぜる



・ほうじ茶は体を温める効果があり免疫力を高めます  
・はちみつは砂糖でも代用可