

駅子育て支援センター しんぶん

2020年 8月 No.3
北本駅子育て支援センター

うたや手作りおもちゃを
おうちで楽しんでみてね♡
センターでも一緒に
できるといいなあ～



♪ 今月のうた ♪

ミックスジュース



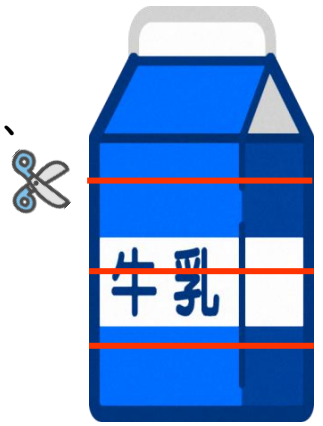
りんご りんご りんごのほっぺ ぶどう ぶどう ぶどうのおめめ
いちご いちご いちごのおはな おくちはチェリー ちゅっ
ぐるぐる ぐるぐる ぐるぐるまぜて ぐるぐる ぐるぐる ぐるぐるまぜて
ぐるぐる ぐるぐる ぐるぐるまぜて ミックスジュース どうぞ



★ 手作りおもちゃ ★ 輪切りの牛乳パック



- 牛乳パックを2～5 cmの幅で切ります
- 積んだり、洗濯ばさみで挟んでつなげたり、組み合わせたりして遊びます
- 幅の違うものを組み合わせても楽しいよ
- 底の部分は入れ物としても使えるよ



とことこ歩いてるみたい



お花かな？ お星さまかも☆？

いっぱい
はさんだよ♡



つながったよ～

★おうちでチャレンジ★

♪ かんたん クッキング♪

・～・スイカのゼリー・～・

材料（2人分）

スイカ<実1cm角>	150g
砂糖	20g
レモン汁	10g
ゼラチン	2.5g
熱湯	50g



<作り方>

- ① スイカは皮と種を取り除き、1cm角に切る
半分はそのまま、半分はよく潰す
- ② ボウルに①と砂糖、レモン汁を加えてよく混ぜる
- ③ ゼラチンと熱湯をまぜてゼラチンが溶けたら
②を加え混ぜ合わせ、冷蔵庫で1時間ほど
冷やし固める
- ④ ゼリーが固まったら、崩しながら器に盛る



・～・スイカスムージー・～・

材料（2人分）

スイカ<1口大果肉のみ>	400g	
牛乳	1/2カップ	100ml
ハチミツ	大さじ1/2	10.5g



<作り方>

- ① スイカは1口大に切り、種を取り除いて、
冷凍庫で凍らせておく
- ② ①のスイカと牛乳、ハチミツをミキサーに入れ、
よく攪拌したらコップに注ぐ



※はちみつは1歳未満のお子さんには与えないでください。

※お子様の年齢・体質を考慮の上、与える際は十分お気をつけください。