



センターに遊びにいで

上下地域子育て支援センターより

毎月開催しているいろいろな行事の中から、今月のオススメを紹介します！

ベビーマッサージ

セラピスト認定講師の徳光紗代さんが、子どもの全身マッサージを教えてくださいます。子どもと一緒に心地よい時間を過ごしましょう！

とき 11月28日(木)10時～10時30分
※11月25日(月)までに予約が必要。

対象 首すわりから入所、入園前の子どもとその保護者

定員 先着10組

参加料 無料

持参するもの バスタオル、飲み物
またはミルク



年2回開催
しています。

申し込み・問い合わせ先

上下地域子育て支援センター

(上下保育所内・☎62-4437)



今月のメニュー

サツマイモの カラメル焼き

■材料(4人分)

サツマイモ…中1本
グラニュー糖…大さじ2
バター…大さじ2

■作り方

①サツマイモはよく洗い、皮付きのまま2cmの厚さの輪切りにして、ボールに入れて水にさらす。

②①をゆで、熱いうちにグラニュー糖を両面に付ける。ホットプレートかフライパンにバターを溶かして、両面が少しきつね色になるまで焼く。



サツマイモが喉に詰まらないように飲み物と一緒に食べたり、よくかんで食べるように声掛けをして、食べ終わるまでそばで見守ってあげてくださいね。

いっしょにつくろ

～クッキング～

～栗生保育所より～



市内の保育所で作ったおやつです。子どもとできる作業やおすすめも紹介します！

保育所での様子

保育所で収穫したサツマイモを慎重に包丁で切り、バターが溶ける様子に目を輝かせていました。焼いたときの甘い匂いに「ケーキみたい」とうれしそうな声も上がりました。「おいしい」という声にこたえて何回も作って食べました。

保育士のオススメポイント

水にさらしたサツマイモを耐熱容器に入れ、ラップをかけて、電子レンジで柔らかくなるまで加熱すると簡単ですよ。