



ひかりほいくえん

支援センターだより



12月

寒さが少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。あっと寒さが少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。あっという間に年内最後のひと月ですね。寒さで外で遊ぶのが大変な時期になってきますので、ぜひ支援センターに遊びにきてください。12月も色々なイベントを企画してお待ちしています。

クリスマス簡単離乳食メニュー

<中期> ミルクパン粥のクリスマスツリー

- 材料
- ・食パン（サンドイッチ用） 1/2枚
 - ・育児用ミルク 大さじ2と小さじ2
 - ・ほうれん草ペースト 適量
 - ・かぼちゃペースト 適量

作り方

- 1 食パンを小さくちぎる。
- 2 鍋に育児用ミルクを入れ、食パンを加えて弱火で5分煮る。
- 3 2を器に盛り付ける。ほうれん草ペーストでツリーを描き、かぼちゃペーストで飾



離乳食初期のお子さんはお粥にほうれん草ペーストやにんじんペーストで描くことができます。



<後期>

ポテトとにんじんのサンタさん雪だるま

材料

- ・マッシュポテト 適量
- ・マッシュにんじん 適量
- ・黒ごままたは海苔 適量

作り方

- 1.じゃがいもマッシュににんじんペーストを混ぜ、赤いマッシュポテトと白いマッシュポテトを作る。
 - 2.白いマッシュポテトと赤いマッシュポテトを使い、サンタさんと雪だるまの形を作っていきます。
 - 3.最後に黒ごまや海苔で顔をつけたら完成です。
- マッシュポテトに刻んだブロッコリーを混ぜるとツリーにもなりますので、やってみてください。食べる時は少し水分を足したり、お粥に混ぜると食べやすくなります。



離乳食の進み方には個人差があると思いますので、お子さんの様子を見ながら、クリスマスの雰囲気を楽しんでみてくださいね♪

<施設利用について>

開所日 月・水・金曜日（祝日はお休み）

時間 午前10時～午後3時

対象 0～3才の未就園児とご家族

定員 8組

※予約は不要ですが、定員になり次第来館の制限をさせていただきます。

お問い合わせ 担当者 清水

電話番号 026-285-9434

< イベント情報 >

5日(月) 10:30～11:00 ヨガ

7日(水) 10:30～10:45

13:30～13:45

絵本の読み聞かせ・手遊び

9日(金) 13:30～14:00

ベビーマッサージ

12日(月) 10:30～11:00

リトミック0歳児さん

14日(水) 10:30～11:30 ママの交流会

16日(金) 10:30～10:45

13:30～13:45

絵本の読み聞かせ・手遊び

21日(水) 10:30～11:00 ヨガ

23日(金) 10:30～11:00 クリスマス会

13:30～14:00

26日(月) 10:30～11:00

リトミック1・2歳児さん

☆クリスマス会

みんなでクリスマスソングを歌ったり、絵本を見たりして楽しく過ごしませんか？

クリスマスの衣装を着ての参加も大歓迎です！！

予約は不要ですので、参加希望の方は当日お越しください。

その他のイベントについてはホームページをご覧ください！！