



玉名市地域子育て支援センター

1月 森のひろば 第127号

ログさんち便り

2019 おおらの森保育園

平成から新しい元号に改まる節目のお正月がめぐってきました。「亥年」は「種に生命を引き継いだ状態」を示し、翌年から始まる次の種の成長に備えて、知識を増やしたり心を育てたり、内部の充実を心がけると良い年だそうです。真っ赤などんどのやの炎を見ながら、気持ちを新たにしましょう。

ログさんちの様子

虫めがねで見てみよう



森で「たまたてばこ」



ソックスノーマン作り



どんぐりクラフト作り

農園体験隊



【発行元】森のひろば ログさんち 玉名市大倉 1503-1 Tel/Fax 0968-74-6931

*開所時間 9:30 ~ 14:30 *子育て相談電話 9:30 ~ 16:00

「ログさんち」のホームページに、「ログさんち便り」や楽しい遊びの様子を載せていますのでご覧ください。

ログさんち

検索



ログさんち
QRコード

1月の計画

日	月	火	水	木	金	土
	あけましておめで とうございます 今年もよろしく お願いします	1 元旦	2 	3 	4 新年スタート です	5
6 	7 お正月遊び	8 好きな遊び	9 「たまたばこ」 読み聞かせ会	10 (別記) 身体測定と 健康相談	11 (別記) どんどや もぐらうち	12
13	14 成人の日	15 (別記) ハーブ せっけん作り	16 (別記) 誕生会& 石窯ピザ作り	17 シール遊び	18 エンジョイ☆ イングリッシュ	19 開所日
20 	21 好きな遊び	22 凧を作って 揚げよう	23 ぬりえ遊び 	24 (別記) 農園体験隊 	25 折り紙遊び	26
27	28 (別記) 森のおさんぽ 会	29 好きな遊び	30 鬼のお面作り 	31 (別記) アンパンマン と豆まき会	誕生会や講座の予約は、 9時 30 分から電話でも 受け付けています。	

身体測定と健康相談

午前中に身体測定(身長・体重・胸囲・頭囲)を、
13時から看護師による健康相談を行います。

●日時: 1月10日(木)



ハーブせっけん作り

ままいこいの会「ハーブ講座」の山中由美子先生
にご指導いただきながら、さわやかな香りのハーブ
せっけんを作ります。

●日時: 1月15日(火) 10:30~

●持参物: エプロン

●12月17日(月)より予約開始。



冬の自然を楽しみましょう 講師: 林田茂喜(樹木医)

農園体験隊

土を耕したり、種や苗を植えて野菜作りを体験し
ます。汚れても良い服装でご参加ください。

●日時: 1月24日(木) 10:30~

おとな
だけの
参加も
大歓迎

森のおさんぽ会

草木も眠る寒い冬。春の芽吹きを待つ草花や虫た
ち。姿は見えないけれど、のんびりおさんぽして自
然を感じましょう。

●日時: 1月28日(月) 10:30~

●服装: 長靴があればお持ちください。

どんどや・もぐらうち

おおくらの森幼稚園・保育園で「どんどや」が
行われます。日本の伝統的な正月
行事に、親子で参加しませんか?

●日時: 1月11日(金)

10:30~

●お正月のしめ縄やお飾りなどあり
ましたら、不燃物(葉みかん・飾り
物)などを取り除いてお持ちください。



誕生会&石窯ピザ作り

無農薬米粉ピザを作って、1月生まれのお友だち
をみんなで祝いましょう。

●日時: 1月16日(水) 10:20~

●持参物: ピザのトッピング材料(チーズ・具材・
ピザソース等)、エプロン、三角巾

●12月17日(月)より予約開始。



アンパンマンと豆まき会

かわいいアンパンマン鬼さんが
ログさんちにやってきます。
楽しく豆まきをして福を
呼び込みましょう。

●日時: 1月31日(木) 10:30~



スクラップブック講座 ●日時: 2月8日(金) 10:30~ 1月21日(月)より予約開始

食育だより



～おせち料理教室を開催しました～

管理栄養士の江藤ひろみ先生をお迎えして、11月21日(水)におせち料理教室を開催しました。家庭で簡単にできるものばかりですので、一品でも挑戦してみてくださいね！

おせち料理の意義

おせち料理は、季節の「節目」に食べる料理の中でも最も重要な料理なので、特別に「おせち」と言うようになりました。大晦日に年神様に感謝の気持ちを込めて、食物をお供えし、年が明けてから、それを神様のお下がりとして食べる習わしです。また、家族の幸せを願う縁起物の料理でもあります。五穀豊穡、子孫繁栄、家族の安全と健康などの祈りを込めて“山海の幸”を盛り込みます。それから、おせち料理で用いる“お重”には「喜びを重ねる」という意味があるとされています。

☆本日のメニュー☆

- ・たたきごぼう ・田作り ・伊達巻
- ・きんとん ・黒豆



伊達巻をはんぺんで作ってみました



田作りはカリっとするまでレンジにかけ、調味料とまぜます



盛り付けをきれいにしておせち 出来上がり！



ごぼうは茹で上がってすぐたたきます



おせち おいしいな！

…作り方…

伊達巻 (はんぺんで作る場合)

材料	はんぺん	90g
	卵	4個
	砂糖	大さじ2
	みりん	大さじ1



※はんぺんに塩分があるのでしょうゆを入れなくても良い。

作り方

- (1) 材料全部をミキサーにかける。
- (2) (1) を玉子焼き器かオーブンで焼く(180℃で15分程度)。
- (3) 焼き上がりを巻きすにとり、しっかり巻いてひもで縛り、形を整える。

田作り

材料	いりこ	50g
たれ	砂糖	大さじ2~3
	醤油	大さじ3
	酒(みりん)	大さじ1
	白いりごま	少々



作り方

- (1) いりこは、鍋に入れ弱火でカリっとするまで炒める。
オーブンの場合 200℃ 4~5分
電子レンジ 1~2分
- (2) 調味料を煮立てて火を止め(1)と混ぜる。
- (3) 仕上げに白いりごまを振りかける。

きんとん

材料	さつまいも	250g
	くりの甘露煮(市販)	12個
	シロップ(甘露煮のものを使用)	1/2カップ程度
	くちなしの実(あれば)	



作り方

- (1) さつまいもは皮をむき、薄切りにし、水にさらす。
- (2) くちなしの実は、半分に切って“こし袋”などに入れておく。
- (3) (1)の水を捨て、再度水と(2)を入れて煮る。柔らかく煮えたら、煮汁を捨て汁けをしっかり切る。
- (4) (3)にシロップを入れてミキサー等にかける。
- (5) (4)を鍋に移して中火にかけ、しゃもじで透き通るような照りが出るまで煉る。
- (6) くりの甘露煮を加え、混ぜる。

*シロップを手作りする場合

水1：砂糖1(例 水1/2カップ：砂糖1/2カップ)をしっかり沸騰させる。
(レンジであれば、600wで3分くらい)

たたきごぼう

材料	ごぼう	150g
	白ごま	大さじ3
	酢	大さじ1と1/2
	砂糖	大さじ1と1/2



作り方

- (1) ごぼうは、たわしで皮をこすり取るようにして洗う。包丁のみねを材料に当てて、包丁を手前から向うへ削るようにこそぎ、縦二つ割りにして4cm長さに切り、酢水に浸けておく。
- (2) ごまを炒って(炒りごまの場合も軽く炒める)、すり鉢に入れてあらずりにし、調味料を合わせて更にすり、混ぜ合わせておく。
- (3) (1)のごぼうをざるにあげ、酢少々を加えた熱湯で歯ごたえが残る程度にゆでる。
- (4) (3)をさっとざるにあげ、汁気を切って、熱いうちに(2)の中に入れ、すりこぎでたたきながらあえる。

黒豆

作り方

材料	黒豆	カップ1
----	----	------

A	水	カップ3
	塩	小さじ1/2
	重曹	小さじ1/4
B	水	カップ4
	砂糖	カップ2

濃口醤油 大さじ1

あれば鉄卵や鉄釘



- (1) 黒豆は虫食いを除き、たっぷりの水につけて手の平でこするようにして洗う。
- (2) Aの材料を合わせ、黒豆を入れて一晩つける。
- (3) (2)の黒豆のつけ汁をきって、厚手の深い鍋に鉄卵や鉄釘などと一緒に入れる。
- (4) (3)にBの材料を加え、ガーゼかペーパータオルをかぶせ、空気に触れないようにし、蓋をして強火にかける。
- (5) (4)が沸騰したら、ごく弱火にして3~4時間ふきこぼれないように注意しながら煮る。
- (6) 豆が柔らかくなったら、濃口醤油を加えて蓋をし、火を止めてそのまま冷まして味をなじませる。



たまログURL QR コード

玉名市子育て応援サイト「たまログ」 <http://tama-log.org>

玉名市の子育て支援情報をスマホやパソコンで見ることができます。

各子育て支援センターの1月の活動予定も見ることができますので、どうぞ気軽にご利用ください。

玉名市 たまログ 検索