



ちゅんちゅんだより 増刊号



令和3年9月

しんあい保育園
子育て支援センター『ちゅんちゅん』
TEL : 055-943-6031
FAX : 055-943-6032

残暑が厳しい日が続きますが、朝晩は少しずつ秋の気配を感じるようになりました。
去年に引き続きお家で過ごす時間が長くなりましたが、お家での過ごし方に困っていませんか？
親子で楽しめる遊びなどを増刊号でご紹介しま〜す！ぜひ参考にしてみてください。

（トイレトペーパーの芯 パペット）

材料 ・トイレトペーパーの芯
使うもの ・マジック・はさみ・シールなど



トイレトペーパーの芯に好きな顔を描きます。反対側に、指が2本入るくらいの穴を開けます。
そこに人差し指と中指を差し込んだら、トコトコ歩かせてあそべるパペットに変身！！
指の動かし方で、歩いたり走ったり跳ったり♪いろいろな動きが楽しめます。

（空気てっぽう）

材料 ・ペットボトル(炭酸用の固いもの)・風船
使うもの ・カッター・はさみ・ビニールテープ



ペットボトルの下半分をカッターやハサミで切ります。（この作業は必ずおうちの方がやってくださいね）
次は、風船の底の丸い部分を切ります。ペットボトルの上半分の切り口に風船を伸ばして覆いかぶせ、
ビニールテープでしっかり止めます。ペットボトルを手で持ち、口を結んだ風船を引っ張って手を離すと、
ペットボトルの中の空気が外に飛び出します！

*トイレトペーパーの芯の上部に切り込みを入れて的を作ってみたり、
ティッシュペーパーなどの柔らかいものを、ペットボトルの口に詰めて飛ばしてみると楽しいですよ♪

（ガイコツの指）

材料 ・新聞紙
使うもの ・セロハンテープ



新聞紙1枚を半分に切り、さらに縦に3等分にします。
端を手や足の指に巻きつけて、そのままぐるぐる巻いていきましょう。
最後に、巻き終わりをセロハンテープでとめれば、「ガイコツの指」の完成です。

*ガイコツの指をはめて、何かをつかんでみると・・・
あれ・・・？意外と難しい・・・足の指につけてみると、歩きにくい？

【簡単クッキング】 ★カレーつけ汁そうめん★

いつものそうめんに飽きてきたら味変してみよう！
豚肉のビタミン B1 で疲労回復！！

材料 (3～4人分)

・そうめん	適量
・めんつゆ (かけつゆの濃さ)	700cc
・市販のカレールー	60g
・豚肉 (しゃぶしゃぶ用)	100g
・長ねぎ・しいたけ等好きな具材	適量



☆作り方☆

- ① 具材を食べやすい大きさに切る。
- ② 豚肉以外を鍋に入れ、5分煮る。
- ③ 豚肉を広げながらしゃぶしゃぶするように入れ、色が変わったら火を止める。

※肉はしゃぶしゃぶ用を使うとそうめんと絡んで美味しいです。

肉を入れたら早めに火を消してください。長く煮ると固くなります。

カレールーは種類によって味や濃さが違うので調整してくださいね。



【おやこ de クッキング】

🍡お月見団子🍡 9月21日(火)は「中秋の名月」です！

材料 (20～25 個分)

- ・だんご粉 120g (上新粉でも OK)
- ・ぬるま湯 約 100cc
- ・白玉粉 大さじ 3
- ・水 大さじ 2
- ・かぼちゃ 50g



☆作り方☆

- ① かぼちゃは一口大に切り、電子レンジ (600w) で約 1 分半加熱し、柔らかくなったらスプーンで潰す。
- ② 白玉粉と水 (大さじ 2) を混ぜ、かたまりをつぶして溶いておきます。
- ③ ボウルに団子粉と 2 の白玉粉を入れ、ぬるま湯を少しずつ加え、耳たぶくらいの固さになるまでよくこねます。
※水分量はだんご粉の袋の表示を参考にしてください。
- ④ 3 の生地を半分くらいに分けます。
生地的一方に、1 のかぼちゃを加えこねます。
- ⑤ 生地を団子状に丸め、沸騰したお湯で 2～3 分程ゆでます。
※団子が浮き上がってきたらゆであがりの目安です。
- ⑥ 冷水にとり完成です。
※冷水にとることでモチモチ感が増します♪

