

焼きおからドーナツ

材料 (10ヶ分)

- おから 100g
- ホットケーキミックス 200g
- 砂糖 30g
- 牛乳 50cc
- バター(溶かし) 30g



作り方

オーブンは170℃に予熱しておく

- ① おから、ホットケーキミックス、砂糖を混ぜ合わせる
- ② ①に牛乳を入れる(おからの水分量により牛乳を調整する)
- ③ ②にバターを加えて混ぜ合わせる
- ④ 成形をして、クッキングシートを敷いた天板にならべる
- ⑤ 10~12分焼いて出来上がり

おからは豆乳や豆腐に含まれるタンパク質、食物繊維、マグネシウム、カルシウム、ビタミンB2などの栄養素が多く含まれます。おからの食物繊維量は多く、不溶性食物繊維(水に溶けない)であるセルロースは腸のぜん動運動を促してくれるので便秘解消に効果があります。



焼きおからドーナツ



むこうはらだより

R4年度 NO.1

東大和市向原 1-4-2

042-563-3833

<http://www.mukouharahoikuen.com/>

いつの間にかセミの声が聞こえ始め、季節はすっかり夏です。暑さに負けることなく、子ども達は元気いっぱい水あそびや、プールあそびを楽しんでいます。引き続き新型コロナウイルスによる、行事などの規模の縮小をせざるを得ない状況は続いています。感染予防に気を配りながら、過ごしていきたいと思っています。

もくじ

- ・向原保育園について
- ・課業ってなに?
- ・向原保育園のメニュー紹介
- ・夏まつりの様子・水あそびの様子
- ・つぶやき



向原保育園
ホームページ

こんにちは向原保育園です

向原保育園では産休明けから就学前までの6年間の中で、乳児は育児担当制、幼児は異年齢混合保育を取り入れています。一人ひとりの成長や発達に合わせて細やかに関わりながら、意欲を引き出し自分で考えて行動できるように助けています。

<私たちが大切にしていること>

- *育児担当制
- *異年齢混合保育
- *あそび
- *わらべうた
- *課業

それぞれの中に方法をもって保育をしています。

課業ってなに?

幼児クラスでは、わらべうた・体操・環境認識・文学・数・美術と6つの分野に分かれた課業という活動を行っています。

課業は、子どもたちの体験をもとに、経験を整理し豊かにする活動です。授業のような形ではなく、発達に即したことを遊び感覚で行います。

大人が計画した活動の中で、子どもからは遊んでいると感じられるように組織し、子どもが興味関心を持って能動的に参加することを大事にしています。

この子育て情報誌を通して、課業で実際に行っている内容を少しずつ紹介していきたいと思っています。

次回のNO.2では

<環境認識>について紹介したいと思います。

< 夏まつり >

7月2日(土)に夏まつりを行いました。
オープニングは職員による「荒馬おどり」でした。
子どもたちは浴衣や甚平を着て、盆踊りやヨーヨー釣り、的当て、ワニワニパニックなどのゲームを楽しみました。
年に一回の大イベントとなる夏まつりでの親子で過ごすひとはよい思い出になったのではないのでしょうか。



親子で遊ぶコーナーでは、お父さんお母さんと一緒にスイカ割りやボール入れを楽しみました。親子で行うことをとても喜んでいて、夏まつりが終わってからも嬉しそうに話しをしてくれました。



夏まつり後、クラスでは『おまつりごっこ』が始まります。
「ラッセラー」と声出しをして、荒馬踊りの真似をしたり、おまつりでやった「ワニワニパニック」を子どもたちで作って再現したりして遊んでいます。
自分の印象に残っているお店のイメージを膨らませ、「いらっしゃいませ」とお店の人とお客さんになってやりとりをし、役割を交代する姿もありました。友だちとの会話を弾ませながら、夏まつりの余韻を楽しむ姿が見られました。

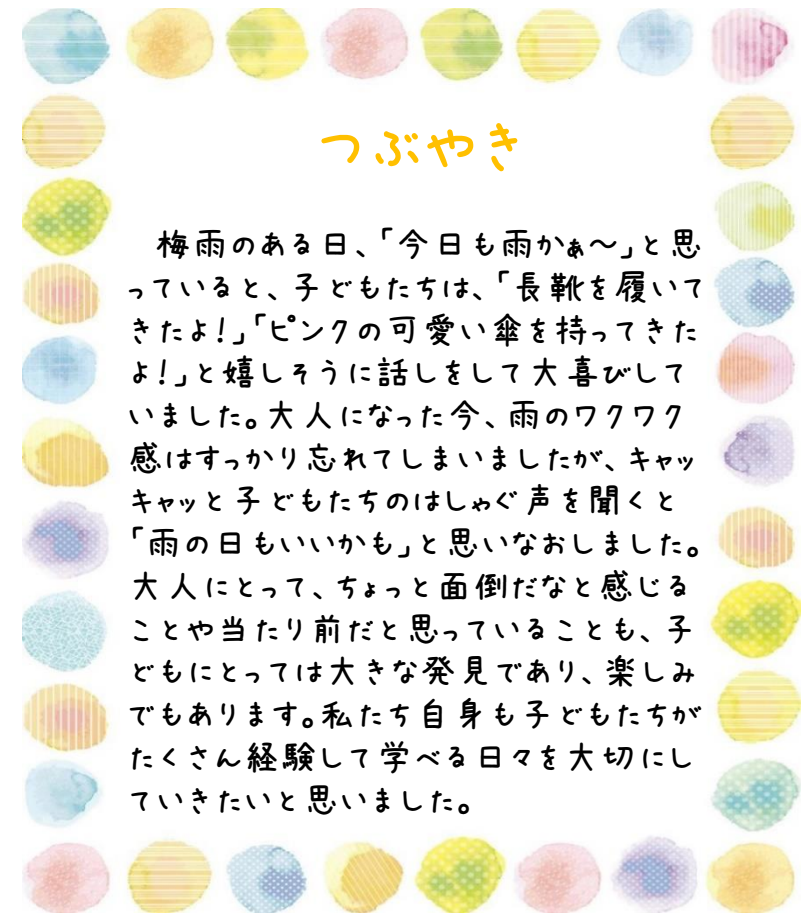


< 水あそび >

乳児は、天気の良い日にはテラスで、タライやプールを使って水あそびをしています。最初は、水が苦手だった子もひしゃくやペットボトル等で水をすくったりこぼしたりしながら、水に慣れ、水あそびを楽しめるようになりました。自分の身体や道具を使って「水」の感触を味わっています。
大人にとっては当たり前のも、子どもたちにとってはその一つひとつが驚きで、様々なことを感じて学んでいきます。冷たい水が、顔や体にかかる「キャー」と声を出し、大喜びの子どもたちです。



幼児になると、プールが大きくなり、クラスの友だちと一緒に入るようになります。手で水をすくい顔につける等、少しずつ水に慣れていき、アヒル歩きやワニ歩きをして、身体全体を動かして遊ぶことが増えます。後半になると、プールの中を皆で同じ方向に歩いて回り、「流れるプール」をつくることもあって、流れに身を任せる子もいれば、流されないように足でしっかりと身体を支えている子もいます。汗をかいた後の水あそびは、とても気持ちよさそうです。



つぶやき

梅雨のある日、「今日も雨かぁ〜」と思っていると、子どもたちは、「長靴を履いてきたよ!」「ピンクの可愛い傘を持ってきたよ!」と嬉しそうに話しをして大喜びしていました。大人になった今、雨のワクワク感はずっかり忘れてしまいましたが、キャキャと子どもたちののはしゃぐ声を聞くと「雨の日もいいかも」と思いなおしました。大人にとって、ちょっと面倒だなと感じることや当たり前だと思っていることも、子どもにとっては大きな発見であり、楽しみでもあります。私たち自身も子どもたちがたくさん経験して学べる日々を大切にしていきたいと思いました。