



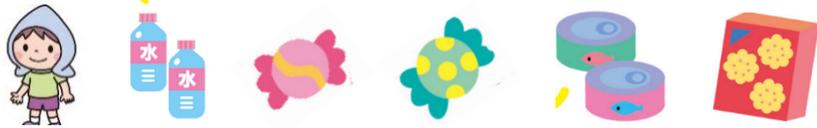
9月号

八幡こぼと園 2024.9

9月は防災月間です。日本は台風や地震など自然災害が多いため、この機会に必要なものを用意したり、家族間の連絡方法など防災について考え、見直してはいかがでしょうか。

保育園では2日(月)に防災訓練をし、災害用備蓄食品を昼食と午後のおやつで提供しました。

非常食の準備



非常食には、水・アルファ米・パン・缶詰などがありますが、やはり普段食べているものとは少し味や食感が違います。賞味期限が近くなったら、食べ、慣れておく必要があります。また、非常食だけではなく、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子やパンなども賞味期限ごとに買い替えをして、ストックしておくといよいでしょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神が不安定になる可能性もあります。食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいこともあります。そのようななかで食べ慣れたお菓子がひとつでもあると心を癒し、命をつなぐ糧になります。ぜひ、お子さんの好きなお菓子も非常食のリストに加えてみてはいかがでしょうか。

8/23にゆり組でカレーを作りました。今回は普段提供している「こぼとカレー」と、そこに隠し味を入れた「隠し味カレー」の2種類を作りました。どちらのカレーも子どもたちに大人気でした。ぜひご家庭でも作ってみてください！

【1人分】

豚もも肉 20g

炒め油 0.5g

じゃがいも 30g

たまねぎ 20g

にんじん 20g

トマト 10g

ピーマン 10g

スキムミルク 7g

カレールウ 12g

水 90g

- ① お肉を炒める。
- ② じゃがいも、たまねぎ、にんじんを軽く炒める。
- ③ 水を加え、沸騰したらトマト、ピーマンを加える。
- ④ 一度火を止めてルーを入れ、かき混ぜたら再度加熱する。
- ⑤ 具材が柔らかくなったら完成。

隠し味カレーには
にんにく、すりおろしりんご
はちみつを入れました！

園庭で育てた、じゃがいも、
ナス、ピーマン、オクラ、
トマトを入れました。

～ゆり組で作った時の様子～

