

冬のパジャマ どう選ぶ？

寒さが増して、冬のパジャマを準備するご家庭も多いのではないのでしょうか。綿、キルト、裏起毛…さまざまな種類が売られていますが、子どもには着せすぎは禁物です！

♡ 赤ちゃんを含め、子どもも大人も

寝る時は『肌着+パジャマ』が基本。特に子どもは就寝中も汗をかきます。吸水性の高い肌着は必須！

冬は肌が乾燥しているのも特に肌の弱い子は、裏起毛のパジャマで湿疹が出ることも…。

腹巻付きやボタンで上下のパジャマをくっつけてめくれ上がらないタイプのパジャマもおすすめです。

良い睡眠を得るためにもパジャマ選びは慎重に！ 綿100%のものを選びたいですね☆



安い！簡単♪インド料理屋さん風★ タンドリーチキン

材料(2人分)

- 鶏もも肉……………300g
- カレー粉……………大さじ1/2
- おろしにんにく……………1/2かけ分
- おろししょうが……………1/2かけ分
- プレーンヨーグルト……………1/4カップ
- しょうゆ……………大さじ1
- はちみつ……………大さじ1
- ケチャップ……………大さじ2
- リーフレタス……………2枚
- ミニトマト……………2個
- レモン……………1/8個

300円前後で3ステップ★
クリスマスパーティにも
ぴったりな1品です！



作り方

- ① 鶏肉は大きめに切る。鶏肉と●をビニール袋に入れてよくもみ込み、半日～1日冷蔵庫におく。
- ② 天板にオープンシートを敷き、①を並べて、200℃に予熱したオーブンで13分ほど焼く。
- ③ 器に盛り、お好みでリーフレタス・半分に切ったミニトマト・レモンを添えて出来上がり。
★鶏肉に下味を漬けておくのがポイントです！

おすすめ えほん コーナー

『しましまぐるぐる』

0歳から読めると人気の1冊。赤ちゃんが反応すると言われる『顔』や『しましま』『ぐるぐる』がいっぱいのきれいな絵本です♪

絵/かしわら あきお
出版社/学研



子育てメッセージ

子どもの存在を
しっかり見つけ
急いで育てず
信じて、待ってあげる



どんなときでも、信じてくれる人の存在を、子どもは望みます。自分をちゃんとみてる人を、子どもは好きになります。
そして、自分のペースで歩くことを許されたとき、安心して、内に秘める花を咲かせます。
その子だけの「幸せのものさし」を、一緒に探してあげましょう。

大きなうた

詞曲：中島 光

おおき な うただよ あのやま
の むこうから きこえて くるだ
るう おおき な うただよ

12日(火)	乳児健診 平成29年8月生	スポカルイン 受付：12:15～12:30
14日(木)	1歳6ヶ月児健診 平成28年5月生	スポカルイン 受付：12:30～12:40
13日(水)	2歳児健診 平成27年5月生	スポカルイン 受付：12:30～12:40
20日(水)	3歳児健診 平成26年5月生	スポカルイン 受付：12:15～12:30

3日	(日)	黒石あけぼの病院	52-2877
10日	(日)	兼平医院	52-3305
17日	(月)	寿町クリニック	53-5420
23日	(土)	田村眼科	53-1256
24日	(日)	かきさか医院	53-2255
29日	(金)	レディス・みかみクリニック	52-8618
30日	(土)	盛耳鼻咽喉科	53-1187
31日	(日)	佐々木内科小児科医院	53-5125



☆子育てひろばの予定は赤字、保育園の予定は黒字です。
☆妊婦さん、子育てをしているパパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃん、どなたでも参加できます。
☆園の開放日は月～日、午前8時～午後5時までです。
☆子育て相談日：電話、面接、訪問、月～土、午前8時～午後5時までです。(面接、訪問は事前にお電話ください。)



ここが美郷保育園です。
Tel : 0172-52-3890
FAX : 0172-52-3915
メール : misatoho@ia5.itkeeper.ne.jp
ホームページ : <http://misatohoikuenn.net/>