

水木子育てサロンだより



No.47

2月の水木子育てサロンは「押しずし」

2018【H30】.2月

今日のクッキングプログラムは「押しずし」です！

おひな祭りを来月にひかえ、牛乳パックを使い、身近な材料でおしゃれな押しずし作りを親子で楽しみましょう！

1月16日の水木子育てサロンは「リトミック」！

1月の子育てサロンは歳末たすけあい募金の助成を頂き、「リトミック」が開かれました(◇)

リトミックはリズム遊びを通して親子のスキンシップをはかります！

英語によるあいさつの歌、子どもさんを膝の上に乗せて「音のすべり台」、ポール送りなどをリズムに合わせて歌ったり運動しました。

又節分も近いことからパネルシアター「豆まき」を楽しんで頂きました(〇)ノ



「握手でこんにちは」を歌いながら親子で握手



音のすべり台！



おかあさんとさんぽ



マラカスでリズム遊び♪♪♪



パネルシアター「豆まき」 鬼は外 福は内！



豆の代わりに鶯ボール(◇)

★次回の予定は・・・

日時 平成30年3月20日(火) 午前10:00～11:30
内容 「修了式」

*当日は1年間の記録を綴った「子育てノート」を
皆さんにお渡しします
ぜひご参加下さい！

場所 水木地域福祉センター
(駅前通3-2-26 兵庫駅前住宅1階)
主催 水木ふれあいのまちづくり協議会

ぜひ遊びに来てね！



水木子育てサロン

牛乳パックで「押しずし」作り



準備 1 牛乳かジュースのパックを洗って乾かし、上下をカット
中身の牛乳かジュースは牛乳かん又はゼリーに！

2 すし飯(1合で2人分)

3 具材準備(3種類)

①うす揚げと人参の具

うす揚げは1cm角位に切り、人参はみじん切りし、水・酒・砂糖・みりん・醤油を入れて火にかけ、沸騰してきたら落し蓋し、弱火で5～6分炊く
落し蓋を外し、中火にして混ぜながら水分を飛ばす
(調味料はうす揚げ1枚に対し、水75cc・酒大さじ1/2・砂糖大さじ1/2・みりん大さじ1・醤油大さじ1)

②鮭フレーク(市販のもの)

③膏のり(市販のもの)

4 トッピング用卵 卵に少々の塩を入れかき混ぜ、フライパンで入り卵を作る



カットする！

作り方 1 すし飯を3等分にする

2 3種類の具材にすし飯を混ぜる

3 カットした牛乳又はジュースパックをひし形に整える

4 3種類のすし飯を順番に詰めていく

5 牛乳又はジュースパックの端をキッチンバサミでカット

6 パックをゆっくり外し、トッピングの入り卵を飾って出来上がり！

