



2021年12月号・第166号



ほほえみ通信



第166号 (R3.12.1発行)

託児施設 シルバーほほえみ

筑紫野市岡田3-11-1

ほほえみタウンC棟

☎: 092-919-7755

<http://chikushino.or.jp>



師走に入り、寒さが厳しくなってきました。今年も残り1か月です。今年のうちやっておきたい事はありますか？これからクリスマスやお正月と楽しみなことが続きますので、体調には気を付けてお過ごしください。

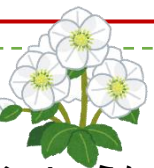


冬至 12/22 (水)

1年で最も夜が長く昼の短い日です。1年間元気に過ごせるように、かぼちゃを食べたりゆず湯に入って体を温めましょう。かぼちゃは体を温めてくれる食べ物で、風邪予防になります。またゆず湯に入ると1年間無病息災でいられるといわれています。



クリスマスローズ



近年人気のクリスマスローズをご存じでしょうか？ローズと名前にはついていますが、バラではありません。キンポウゲ科の宿根草で冬から早春にかけて咲きます。花の少ない寒い時期に明るく彩ってくれます。一重咲きや八重咲き、色彩も様々…お気に入りを見つけて冬に咲く花を楽しんでみてはいかがでしょうか？

令和3年もシルバーほほえみをご利用いただきありがとうございました。ご利用いただいたお子様が帰り際に「また来たい！」「もっと遊びたい！」と言っていたことがあり、とても喜びを感じました。また来年も元気いっぱい頑張りますので、遊びに来てくださいね。

簡単おせちをご紹介します！



【からうまアーモンドいりこ】

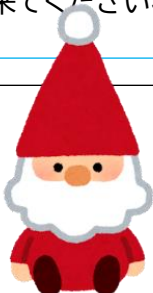
- ・食べる煮干し…100グラム
- ・アーモンドスライス…40グラム
- ・いりごま…大さじ2
- ・調味料（砂糖…大さじ2、しょうゆ・みりん・サラダ油・はちみつ…各大さじ1）

《作り方》

食べる煮干しは電子レンジで約2分加熱、アーモンドスライスはトースターで約1分加熱、調味料も電子レンジで約2分加熱。やけどに気をつけて、調味料が熱いうちに全部を混ぜ合わせます。

お知らせ

12月14日は会議の為、午前中のみのお預かりとなります。
12月29日から1月5日までお休みします。宜しくお願い致します。



育児支援コーディネーター

長田 美紀