



ルンルン通信 9月号

令和7年9月1日（月）
社会福祉法人 流山中央福祉会
西新井聖華保育園
Tel : 03-3854-3811

まだまだ残暑が厳しい毎日ですね。トンボが飛んでいたり、少しですが秋の気配を感じます。
保育園では夏の暑さでなかなかできなかった水遊びを9月まで延ばしているので、もう少し夏を楽しんでいきたいと思います。

今月は、園庭開放や0歳のお友達と遊ぼうを企画しています。ぜひ遊びに来てください。

【9月の予定】

13日（土） 14:00～14:30	「看護師の知恵袋」スキンケア対策・予防接種について 妊婦さん・生後4か月までのお子さんを持つ保護者が対象です。 持ち物：水分補給用の飲み物
19日（金） 10:00～11:00	「0歳のお友達と遊ぼう！・発育測定」 0歳児クラスのお友達と一緒に遊びましょう♪ お子様の身長・体重を測り成長を喜びましょう。 持ち物：帽子、水分補給用の飲み物
25日（木） 10:00～11:00	「園庭開放」※雨天中止 砂場やアスレチック等で一緒に遊びましょう！ 持ち物：帽子、水分補給用の飲み物



※事前に予約が必要です。

電話、又はホームページからメールでお申込みください。

各月の詳細につきましては、園のホームページ又は電話にて
お問い合わせ下さい。

乳幼児期のおやつについて

乳児・幼児の補食（おやつ）は、胃が小さく活動量が多い時期の子どもが3回の食事だけでは不足しがちな栄養やエネルギーを補うための「第4の食事」で、心身の成長と発達に欠かせないものになります。

ポイント

※食事との間隔が2～3時間あくようにすると良い。

※食べる量だけお皿に出すのがおすすめ。

※おにぎり、蒸しパン、お芋など体を動かすための炭水化物を中心に不足しがちな
栄養を補うため。野菜、果物・乳製品などと組み合わせるのがおすすめ。

保育園人気のおやつを紹介！！

カミカミバーレシビ

【材料】 子ども4人分

コーンフレーク 40g

オートミール 40g

レーズン 8g

マシュマロ 50g

無塩バター 12g

【作り方】

1、コーンフレークは軽く刻む。レーズンは下茹でし
あら刻みする。

2、マシュマロと無塩バターを鍋に入れ溶かす。

3、2と残りの材料を合わせて、バットなどに平らに
伸ばし冷蔵庫で冷やす。

4、棒状に切ったら出来上がり。