



令和6年度

回覧



出雲サンサン保育園子育て支援事業



# 子育て相談の日

2024年11月

相談日 ★第1・第3木曜日 9:15~15:00

★土曜日（事前に連絡してください）

\*上記以外でも気軽にお電話ください

☎ 0853-43-7033



★神西ふれあい子育てサロン  
『すくすく相談日』に保育園  
の職員も出向く予定です。  
気軽に声をかけてください。



厳しく長かった残暑もあっという間に過ぎ去り、秋の深まりを感じるようになりました。

この時季は、『食欲の秋』・『実りの秋』ともいわれ、夏の太陽の日差しをたっぷり浴びて、暑さに耐えて大きく生長した果物や野菜が美味しい季節です。

また、11月8日は『いい歯の日』とされ、生涯にわたり、自分の歯で美味しく食べられるように、口の健康を意識する日です。そのための一つとして、『よく噛んで食べる』ことに取り組んでみませんか。『かむ力』は自然に身に付くものではなく、離乳食のころから発達に応じて練習することで身に付きます。よく噛んで食べることで、たくさんの良いことが巡ってきますよ。

脳神経を刺激し、脳の働きを活発にします	唾液がたくさんでるので、消化吸収がよくなります	あごが発達するときれいな歯並びが期待できます



## コーンフレーク焼き（子ども4人分）



材料	分量	
鶏肉（60g）	4切れ	
カレー粉	A 小さじ1/2	
マヨネーズ		大さじ2
小麦粉		小さじ2
コーンフレーク（無糖）	40g	

### 作り方

- ① 鶏肉にA加えて、よく混ぜ合わせます。
- ② ①に粗く砕いたコーンフレークをつけて、180℃のオーブンで約20分焼きます。

食べ物を食べた時の、パリパリ、ボリボリ、サクサク、カリカリなどの食感は、味わいを引き立て、咀嚼を促します。

カリカリのコーンフレークと、カレー粉の風味が食欲をそそる、保育園の子どもたちに人気のあるメニューをご紹介します。

