

子育て すくえあー



保護者・子ども・地域・保育園をつなぐ情報紙



発行：葛飾区子育て支援部保育課 03-5654-8296

大好きなパパ、ママから「ほめられる」ことで、より一層子どもの心に響き、そしてその子の育ちにつながります。今号では、子どもの心に届くようなほめ方のポイントをご紹介します。

もっとじょうずに伝えたい 子どもの心に伝わるほめ方

ほめ方 3つのポイント



1

よいところや がんばりを認め、 共感する

「ほめること」は、子どもの気持ちに寄り添い、成長を認め、できた喜びを共感することです。

それにより、子どもの「もっとがんばろう」というやる気を引き出し、自己肯定感を高めます。



2

その場ですぐにほめる

気づいたら後回しにせずほめ、一緒に喜び習慣をつくりましょう！

タイミングを逃さずほめることで、子どもは「ちゃんと見てくれていた！」と、とてもうれしく感じます。

3

具体的に気持ちを伝える

がんばった、よかったポイントを具体的に伝えましょう！
うれしい気持ちを伝えると子どもの心により届きます。



おとなでもほめられると、うれしくなりますね。同様に、子どもも、大好きなパパ・ママにほめられたり、認められたりすると、うれしい気持ちになります。たくさんほめて、じょうずにほめて、子どもの自己肯定感をUPさせましょう！

(自分のことを大好きになるう！)



元気いっぱいコーナー



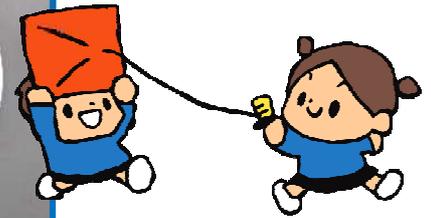
凧 (たこ)

～作り方～

- ① 直径 20 cm くらいの円形に切り抜いた画用紙に、くるくると渦巻きを書き、線にそってはさみで切る。
※切る前に絵を描いたり、シールを貼ったりすると可愛いです。
- ② 中央に穴を開けて糸を通し、玉結びをして留める。
- ③ 割りばしに糸を巻いて結んだらできあがり。



保育園ではこんなに楽しいものを作って遊んでいます！



手作りたこを作って広～い原っぱで思いっきり揚げよう！



区内のおすすめ公園をご紹介します

葛飾にいじゅくみらい公園

◆場所：葛飾区新宿 6-3-2、6-3-20

東京理科大学葛飾キャンパスの施設内にある、水と緑豊かな公園です。

👉 広い原っぱで思いっきり凧揚げができます。

👉 周辺には未来わくわく館やターザンロープなどの遊具もあります。

堀切水辺公園

◆場所：葛飾区堀切 1 丁目 12 番地先から 7 番地先まで

堀切菖蒲園の近くで、荒川の河川敷にある公園です。

👉 スカイツリーを眺めながら凧揚げが楽しめます。

👉 6 月には花菖蒲がきれいに咲きます。

※施設情報は変更の場合がありますので、ホームページをご確認の上おでかけください。

おまけこーなー



さむ～い夜にバケツや容器に水を入れてベランダなどの屋外に出しておくと、朝に氷ができていますかも!?ぜひやってみてね！



もいもいクッキング



今回は、作って楽しい！食べて美味しい！お子さんに大人気のメニューをご紹介します。2歳頃からお手伝いできますので、是非お子さんと一緒にお料理してみてください。

れんこんと豆腐の肉団子

<<作り方>>

<材料：大人2人・子ども2人>

れんこん	90g
鶏ひき肉	150g
豆腐	ミニパック1
玉ねぎ	50g
味噌	大さじ1
おろし生姜	小さじ1/2
塩	少々
片栗粉	大さじ2
サラダ油	大さじ1

A

- ① れんこんはすりおろし、豆腐は水切りしてマッシュする。玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 鶏ひき肉に①とAの調味料を混ぜよく練り、直径2～3cmの団子状に丸める。
- ③ サラダ油をひいたフライパンできつね色になるまで両面を焼き中心までよく火を通したらできあがり。

お手伝いポイント①
よくこねてみよう！

お手伝いポイント②
丸めてみよう！



ピザトースト

<<作り方>>

- ① にんにくはみじん切り、玉ねぎとピーマンは千切りする。ロースハムは0.5cm位の幅で千切りにしておく。
 - ② オリーブ油でにんにくを香りが出るまで炒め、玉ねぎも加えたらしんなりするまで炒める。
 - ③ ②にロースハムを入れて炒めたら、トマト水煮缶とAを加え煮詰める。水分がなくなってきたら、バジル、ピーマンを入れて炒める。
 - ④ 食パンに③、とろけるチーズをのせ、オーブントースターで焼いたらできあがり。
- * トマト水煮缶の代わりにトマトケチャップでも作ることができます。

<材料：大人2人・子ども2人>

食パン	6枚
オリーブ油	小さじ2
にんにく	1かけ
玉ねぎ	大1/2個
トマト水煮缶	200g
ロースハム	4枚
乾燥バジル	少々
青ピーマン	1個
とろけるチーズ	80g

A { 砂糖 少々
塩 少々



お手伝いポイント②
チーズをのせてみよう！

お手伝いポイント①
ソースを塗ってみよう！



子どもたちのお楽しみ♪



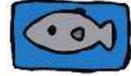
保育園のおいしい給食



葛飾区公立保育園では、園内の調理室で毎日手作りしたおいしい給食を提供しています。

【ここがこだわり！】

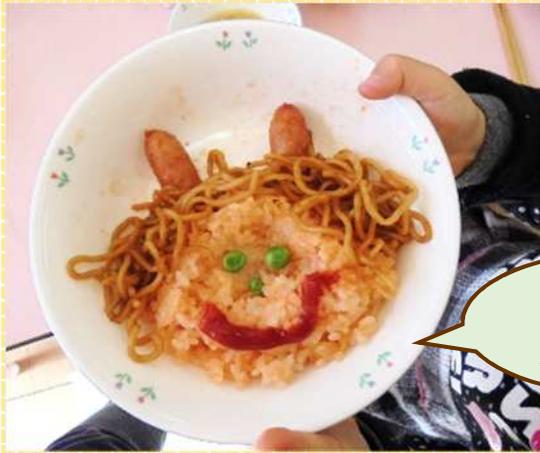
- 野菜や肉、魚などの生鮮品は毎日新鮮なものを仕入れています。
- 煮干しや昆布、かつお節からとった出汁を使い薄味でもおいしく食べられるよう調理しています。



給食メニューいろいろ♪



行事メニュー



【七夕】
キラキラ
ドライカレー



【節分】
鬼さんライス

特別メニュー



【郷土メニュー】
揚げ餃子（栃木県）

【世界のメニュー】
パエリア（スペイン）



【番外編】
お誕生日プレート

