



# 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

公立保育園では、製作や工作を楽しみながら行うことで、想像力や考えたことを形にする力を養っています。今回は、音楽の秋ということで、ご家庭で簡単にできる手作り楽器をご紹介します。

チャオ♪  
チャオ♪

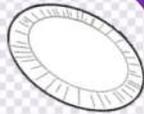
## つくっチャオ♪



～親子で楽しく音楽会～

紙皿でつくる

### カスタネット



目や耳をつけると  
動物になるよ！

〈用意する物〉  
紙皿・ペットボトル  
のふた2個・ボンド

〈作り方〉  
紙皿を半分に折り、  
内側にペットボ  
トルのふたをつけ  
れば完成！



トイレットペーパーの芯でつくる

### でんでんだいに♪



模様をつけると  
かわいいね！

〈用意する物〉  
トイレットペーパーの  
芯・たこ糸・ボール

〈作り方〉  
トイレットペーパーの  
芯にボールのついた  
たこ糸をつけたら  
完成！



ティッシュ箱でつくる

### ギター



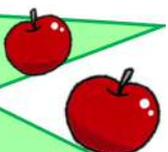
〈用意する物〉  
ティッシュ箱・輪ゴム・  
ビニールテープ

〈作り方〉  
ティッシュ箱に輪  
ゴムをつけて、  
ビニールテープで  
固定したら  
完成！

ゴムの太さや箱を  
変えると音の高  
さが変わるよ！



音の鳴るおもちゃは、赤ちゃんや子どもが喜ぶおもちゃのひとつです。身近なものを使って楽器を作り、お子さんと一緒に演奏してみたいはいかがでしょうか？



# 元気いっぱいコーナー



子どもと公園で遊ぶとき“何をしたらいいの？”と悩んでいませんか？  
特別な道具は必要ありません！！親子で触れ合いながら楽しめる「公園でのあそび」を紹介します。

## いろいろ ドーン！じゃんけんポイ

～幼児向け～

地面に線をひく。  
両端にお子さん、お父さんお母さんが分かれて並ぶ。  
「よーいどん！」で線の上を内側に向かって走り、鉢合わせたところでタッチして「ドーン！じゃんけんポイ」とじゃんけんする。  
勝った人はそのまま走り、負けた人は自分のスタートまで戻りをくり返す。  
相手のスタートまでたどり着けた方が勝ち。

くねくね・S字・ぐるぐる  
の線もおもしろいね！



## くねくね散歩

～乳児向け～



地面に線をひき、お父さんお母さんがその上をたどって歩き、お子さんがついてこられるようにします。

繋がって歩き電車ごっこ  
にしても楽しいね！

公園で思いっきり遊んで



お子さんは  
お父さん  
お母さんは

運動能力向上  
運動不足解消



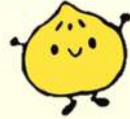
しましろう！！



# もいもいクッキング



食欲の秋！おかわり



## 豆乳カレー

### 《作り方》

- ① 鍋に火をつけオリーブ油を少々ひき、みじん切りにしたにんにく、しょうがを炒める
- ② 豚小間切れ肉、にんじん、たまねぎを炒める
- ③ だしを入れ、具材にある程度火が入ったらじゃがいもを入れ、少し煮たら豆乳で溶いた赤味噌を入れる
- ④ 豆乳、カレー粉、ケチャップ、ウスターソース、醤油、はちみつ、トマトピューレ、すりりんご、ガラムマサラを入れ煮込む
- ⑤ 上新粉を豆乳で溶いて入れ、とろみをつける

### 《材料》5人分(大人2・子ども3)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| • にんにく 1かけ    | • 豆乳 1ℓ       |
| • 豚小間切れ肉 500g | • カレー粉 3g     |
| • たまねぎ 300g   | • ケチャップ 20g   |
| • しょうが 1かけ    | • ウスターソース 20g |
| • にんじん 200g   | • 醤油 5g       |
| • じゃがいも 400g  | • はちみつ 5g     |
| • かつお節 200g   | • トマトピューレ 20g |
| • 水 1ℓ        | • ガラムマサラ少々    |
| • 赤味噌 30g     | • すりりんご 40g   |
| • 上新粉 40g     | • 塩 少々        |



お手伝いポイント  
☆調味料を混ぜる

ぐーるぐーる



潰して！丸めて！

## さつまいものごま団子

### 《作り方》

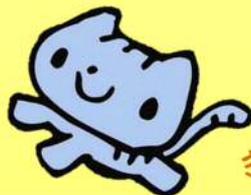
- ① さつまいもを柔らかくなるまで茹でるか蒸し、潰す
- ② 砂糖、豆乳、白ごまを入れてこねて丸める
- ③ 白ごまをまぶしてオーブン又はトースターで焼く

### 《材料》約 10 個分

- |         |      |
|---------|------|
| • さつまいも | 300g |
| • サラダ油  | 10g  |
| • 砂糖    | 30g  |
| • 豆乳    | 30g  |
| • 白ごま   | 30g  |



焼かなくても  
おいしいよ♪



ぎゅっぎゅっ！



お手伝いポイント  
☆さつまいもを潰す  
☆団子状に丸める





# みんなであそぼうかつしかっこ



～子育て支援 親子ふれあいフェスティバル～

- 《日程》 11月7日（木）：白鳥児童館 白鳥3-32-6  
 （電話03-3602-3452）
- 11月16日（土）：渋江児童館 東四つ木2-15-11  
 （電話03-5698-1702）
- 11月22日（金）：南奥戸児童館 奥戸2-30-11  
 （電話03-5698-1707）

《対象》 地域にお住まいの未就学児と保護者の方

《内容》 「劇団どろんこ」による楽しい劇 ※11月16日のみ実施

公立保育園の一日の紹介

手遊び、歌遊び、パネルシアターなど



主 催：東京都公立保育園研究会  
 葛飾区公立保育園研究会

お問い合わせ先：南白鳥保育園 園長 山本 弘子  
 （電話03-3603-8032）

## ふれあい体験保育

就学前のお子さんと保護者の方に園児たちと楽しく遊んでいただきながら  
子育てについての相談に応じます。

区立保育園に遊びにきませんか？  
 区内にお住まいの就学前までの乳幼児と  
 保護者の方ならどなたでも利用できます。



《概要》

実施月：5月6月及び9月から2月まで

日時：月曜日から金曜日まで 午前9時から午前11時30分までの2時間

実施園：区内の公立保育園全園

申込方法：希望日までに希望する保育園へ直接お電話でお申し込みください。

★区立保育園の連絡先につきましては、葛飾区ホームページを  
ご覧ください。