



めぐみっこだより



《本日の試食レシピ》



2019.3.27(水) No.116

暖かい陽気も続いて、ついに桜も咲き始めました♪心まで華やぎますね。保育園やお散歩先の公園でも、木々や花が芽吹き始め、色鮮やかな景色に変わりつつあります。季節はすっかり春ですね。

今年度のホール開放も今日で最後となりました。たくさんの方に来て頂き、職員共々とても嬉しく思っております。ありがとうございました。また、来年度もぜひお越し下さい。

次回のホール開放は、**4月10日(水)9時半～**
皆様のご参加お待ちしております♪

【さつまいもオレンジ煮】 4人分

材料		作り方
さつまいも(大)	1/2 本	①さつまいもは洗い、食べやすい大きさの半月切にし水にさらしておく。 ②鍋にさつまいも、砂糖、オレンジジュースをいれ、火にかける。 ③さつまいもに火が通ったら出来上がり。
砂糖	大さじ 1/2	
オレンジジュース	150 cc	

鼻水のおはなし

季節の変わり目やアレルギーなどにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水の他に、発熱、喉の痛み、食欲不振、黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状があれば病院で診てもらいましょう。

どうして鼻水が出るの？

鼻水は体を守るために必要なもので、鼻や喉に付いたウイルスを排除するために出るものです。また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

小さい子はこまめに吸い取って！

まだじょうずに鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引器などを使って吸い取ってあげたりしましょう。また、頻繁に鼻水を拭いていると、鼻の下の皮膚が赤くたれてくるので、その場合は炎症を抑える軟膏を塗ってあげましょう。

～おかずカップのアレンジ編～



ヒダの部分切って、
貼り付ければこのほりの完成～♪

折って重ねて上に星をつければ、
クリスマスツリーが出来るよ！

