

8月 ちゅうりっぷだより



日	月	火	水	木	金	土
	<p>*水遊びを楽しもう* 8日まで(午前中) 水着(水遊びオムツ)・着替え・タオル・ビニール袋 お茶等の準備をお願いします。 *天候、行事等の都合で中止の場合あり</p>			1	2	3
4 	5 家庭児童相談員 の相談日(AM)	6	7 <p>当初8/7(水)に予定しておりました『キッズマッ -ジ』及び『レマ、プレパ』体験会は講師の都合によ り今月は中止となりましたのでご了承願います。</p>	8	9	10
11 山の日 	12 振替休日 	13 <p>*拠点開館* 13日(火) 北部</p>	<p>お盆休館日 13日(火)~16日(金) ご家族で楽しいお休みをお過ごしください</p>			17
18 	19	20	21	22 	23 親子で歌って リトミック♪ 10:30~	24
25 	26 身体計測	27	28 	29	30	31

~となりの台所★報告~

6月21日に『となりの台所』~レンチン①ジャムおじさんの巻~を行いました。ジャムといえば手間のかかるイメージですが、レンジで作るとあっという間!! 新鮮な果物は生で食べるのが一番だけど、小粒でちょっと酸っぱい(*_*)日にちが経ってしまった(^_^)時には、ぜひこの簡単ジャムに! プレーンヨーグルトに混ぜても美味しくいただけますよ\(^o^)/

当日の様子



どのジャムにする?



さあ食べよう



どんな味?



おいしいね!



もっと食べたーい

レンジで簡単ジャム

材料(例) キウイジャム

- ・キウイ 2、3個
- ・グラニュー糖 果物の重量の20%
- ・レモン汁 果物100gに対して約大さじ1/2

いちご・いちじくなど季節の物や冷凍果物でも簡単に作れるよ!

1. 果物を軽くつぶし、グラニュー糖、レモン汁を入れて混ぜる
2. レンジで5、6分加熱する
3. 混ぜたら、はい できあがり!!



《コツ&ポイント》

- ◎ 様子を見ながら、もう少し加熱したり、つぶしたりする
- ◎ 『大体こんなもん』というアバウトさが大事!
- ◎ お好みでレモンは最後に入れてもOK!
- ◎ ちなみに『ジャムDEホイップ』は → 200mlの生クリームに大さじ3のジャムでできるよ!



※利用時間 9:00~15:00

※利用日 月~金曜日 毎日開館

砺波市太郎丸2丁目29-2

TEL 0763(32)7978

