



還 暦

6月26日(月)でいよいよ還暦を迎えます。還暦とはその名の通り、「元の暦に還る」の意味です。「元の暦」というのは、「自分が生まれた年の干支(えと)」のことです。0歳に戻るということでしょうか。頭の毛は薄くなり、血圧は平均140、老眼鏡で本を読み、左耳は難聴で聞き直しが増え、奥歯の2本は割れてかみ合わせが悪いです。運動不足から少し歩いたら足がだるく、腰が張り、腰痛になります。

歳をとるとということについて、聖書には次のように書いてあります。

「若いときは、自分で帯を締めて、行きたいところへ行っていた。しかし、年をとると、両手を伸ばして、他の人に帯を締められ、行きたくないところに連れていかれる。」ヨハネ 21-18

0歳の子どもがお母さんや家族の手助けなしでは生きていけないように、年を取るということは、だんだん周りの人に助けてもらわなければ生活できなくなっていくことだと思います。

若いうちは、自分一人の力で生きているかのような錯覚し、他人のことをあやこやと批判したり、文句も言いますが、年を取ると「いろいろな人にお世話になってきたなあ」「感謝のところが大切だな」と思うようになってきます。手間ばかりかかると思う子どもも、自分が子どもであった時のことを思い起こせば、少しは気持ちが寛容になります。

人は愛し愛されながら生きているのです。いとおいしい子どものために労を尽くす、心が痛んでいる人に寄り添う。体の動かない老人に手を差し伸べるなど。それらの自ずから湧き出るところの働きによる行為を「愛の法則」と呼んでいます。それはすべての人の命に埋め込まれていて神さまが司っていると考えているのです。

さて、私の子どもが小さかったころは家族のために、よくオムライスを作りました。久しぶりに日頃の感謝の気持ちを込めて、還暦のスペシャルオムライスでも作ってみますかね(笑)

こころの友 第3種郵便物認可

2021年6月1日(4)

楽しくくっついておいしく食べよう!
キッズクッキング

お母さんはサナプリのシェフ! 仲良しツインズの **ゆめとほる**
監修 西木真木 「カフェ サナプリ」オーナーシェフ
撮影 山口 学

材料 (4人分)

チキンライス: 玉ねぎ…1/2こ
とりもも肉…120g、塩・こしょう…少々
サラダ油…小さじ2、ごはん…400g
とうもろこし(かんづめ)…大さじ2
ケチャップ…大さじ4

オムレツ(かっこ内は1人分):
たまご…4こ(1こ)、ぎゅうにゅう…
小さじ2(小さじ1/2)、バター…20g(5g)
サラダ油…小さじ2(小さじ1/2)、塩・こしょう…少々

仕上げ用: ケチャップ…大さじ4



オムライス

きれいにひっくり返せると、とってもうれしい!



作り方

- 玉ねぎは1センチ角に切る。とりもも肉も1センチ角に切り、塩・こしょう少々で味をつけておく。
- フライパンにサラダ油を入れて火をつける。玉ねぎを1分いたためたら、とりもも肉を入れていため、火を通す。
- ②にごはんを加え、いたためたらケチャップ、塩・こしょう少々、とうもろこしを入れ

てさらにいため、器に出し4等分しておく。

- ポウルに1人分のたまご、ぎゅうにゅう、塩・こしょうを入れ、まぜ合わせる。
- フライパンにバターとサラダ油を入れて火をつけ、温まったら④を流し入れ、はしでまぜながら半じゅく状にする。
- ⑤の上に③で分けた1人分のごはんをのせ、はし

にずらしてお皿に返す。P

- 形をととのえて、仕上げ用ケチャップをかける。
- ④～⑦をくりかえし、4人分作る。

ポイント!

P フライパンをこれくらいかたむけると、きれいに返せるよ







6月の行事予定

- 2日・16日・23日(金) 10:00～ 幼児礼拝 尼崎教会：榎田翔希牧師のお話
- 6日(火) 4・5歳児親子遠足(お弁当日)
※詳しくは、メールにてお知らせしています。
3歳児お弁当日
- 7日・21日(水) 10:00～ 幼児コスモ運動遊び 増田リーダーとあそびます お楽しみに！
- 9日(金) 10:00～ 花の日礼拝
礼拝後、幼児はお世話になっている園医さんなどに、お花を届ける予定です。
- 14日(水) 10:00～ 眼科検診…なるべくお休みしないで受診してくださいね。
- 20日(火) 10:00～ 歯磨き指導
15:00～ 耳鼻科検診…なるべくお休みしないで受診してくださいね。
- 27日(火) 保育料・主食代・副食代等 口座振替日です。
- 29日(木) 10:00～ 総合避難訓練(火災避難訓練・通報訓練・消火器使用訓練他)
- 30日(金) 10:00～ 幼児礼拝・誕生祝福・誕生会

～6月27日(火) 口座振替のお知らせ～

保育料(乳児)、延長・預り保育代、主食代(幼児/1,100円)、副食代(幼児/4,950円)、手数料(123円)の他に、「保護者と職員の会」の会費(1200円/半年)、遠足代(4,5歳児)を徴収いたします。振替日までに登録口座に資金をご準備ください。

「保護者と職員の会」2022年度の決算報告にも記載されていましたが、¥44,185 保育園に寄付いただきました。子どもたちが遊びに使う「アイクリップ」の購入に使わせていただきましたこと報告させていただきます。子どもたちも喜ぶことと思います。ありがとうございました。

5月31日より大西未来さんが産休に入りました。
7月11日が予定日です。
赤ちゃんの誕生を楽しみにしています。

☆コスモ運動あそび(3・4・5歳児)☆

7日・21日(火) 10:00～12:00

年齢児ごとに、約40分間ずつ活動しています。3歳児もリーダーとの遊びが楽しいようです。元気いっぱい身体を動かして楽しみましょう。動きやすい服装・足のサイズにあった運動靴での登園をお願いします。

6月生まれのおともだち

	みなみそのかりんさん	5さい	
	かたぶき さらさん	5さい	
	なかみち りのさん	3さい	
	なかむら はくさん	1さい	

おたんじょうびおめでとう

夏を感じるほど暑い日があったりしています。幼児は6月12日より、乳児19日より様子を見ながらシャワーを始める予定です。フェスタオルの準備・毎日の登降園表のシャワーチェックに記入等よろしくお願い致します。
※幼児はプールバックにフェスタオルを入れて持って来てください。後日手紙の配信、及び見本をホワイトボードでお知らせします。



みどり野保育園では、保育参観という形ではなく保護者の方のご都合の良い日に保育参加という形で、午前中子どもたちと一緒に過ごしていただいています。

ぜひ、ご都合つけてご参加ください。
期 間：6月1日(木)～11月30日(木)
時 間：9:30～給食終了後まで
※希望者は、給食の試食が300円でできます。



6月より子育て相談&園庭開放を再開します。

9:30～11:00 未就学児親子を対象に園庭を開放します。保育園の子どもたちと一緒に遊んでください。子育てなどにストレスを感じておられる方、悩み事などの相談にも応じます。利用を希望される場合は、あらかじめ電話(6401-2246)にて予約をしていただくこととなりますが、お知り合いの方などにお伝えいただければと思っておりますのでよろしくお願い致します。

