

# えんだより9月号

令和5年(2023年)  
9月1日  
港区立芝保育園  
TEL 3455-4669

## 手づくりおやつを紹介♪

ご家庭でも、簡単におやつが作れます！  
残暑厳しい日が続きますので、  
ぜひお子さんと一緒に作ってみてください♪



### 《レーズンスティック》

☆分量(2人前)

・ホットケーキ粉30g・小麦粉30g・砂糖大さじ1・レーズン16g・水25g

- ①レーズンはぬるま湯でもどし、みじん切りにする。
- ②ホットケーキ粉と小麦粉、砂糖をよく混ぜ、レーズンを加える。
- ③水は生地がまとまる程度に入れる。
- ④適量のサイズに切り、クッキングシート2枚の間に挟む。5mm程の厚さに伸ばし、1時間程冷凍庫に入れておく。
- ⑤クッキングペーパーの上を剥がし、180℃で10分ほど焼く  
食べやすいサイズに切って完成です♪

### 《水ようかん》

☆分量(2人前)

・小豆16g・砂糖大さじ1.5・粉寒天0.4g・水50g・塩少々

- ①小豆はよく洗い、浸水させておく
  - ②火にかけ、沸騰したらゆで汁をこぼす。再度水を入れ沸騰したら中火で20分煮る。次に弱火にし、灰汁をすくいながら柔らかく煮る。
  - ③小豆が柔らかくなり、水分も少なくなったら、砂糖を入れ煮詰める。最後に塩を少々入れる。
  - ④粉寒天と水を鍋に入れ十分沸騰させる。粗熱をとり③を加える。
  - ⑤鍋底を冷やしながらかき混ぜ、とろみが付くまで木べらなどで混ぜていく。
  - ⑥カップを水で濡らし、⑤を流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。
- お好みの硬さまで冷やしたら完成です♪  
※粒あんが食べにくいようなら、③のあんをミキサーにかけてざるなどで濾してなめらかなこしあん状にするのもおすすめです。



## 今月の“保育園であそぼう” 9月6日(水)、9月13日(水)

- ・今年度の保育園であそぼうの活動は【園庭遊び】になります。親子で一緒に園庭での遊びを楽しみます。
- ・子育てなどの相談に、保育士や看護師がお応えいたします。
- ・予約制になります。下記の電話にてお申し込みください。

## 来月の“保育園であそぼう” 10月4日(水)・25日(水)※

※25日(水)は離乳食の試食会となります

9月25日(月)～10月6日(金)平日9時～17時 下記電話番号にて予約を受け付けます。  
(定員10名になり次第締め切らせていただきます。)

☎電話番号:03-3455-5039 (月～金曜日の9:00～17:00)です。  
※感染症対策により予定が変更になることがあります。予めご了承ください。