



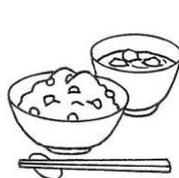
11月号  
年少

# キッチンラボ



通信

初めてのキッチン・ラボ！スタッフ一同、りんご組やうさぎ組の子どもたちに出会うことが出来て、とても嬉しかったです！子どもたちは家でどんなふうにお話されましたか？幼稚園からのタイムラインでも様子をお知らせしますのでご覧ください！

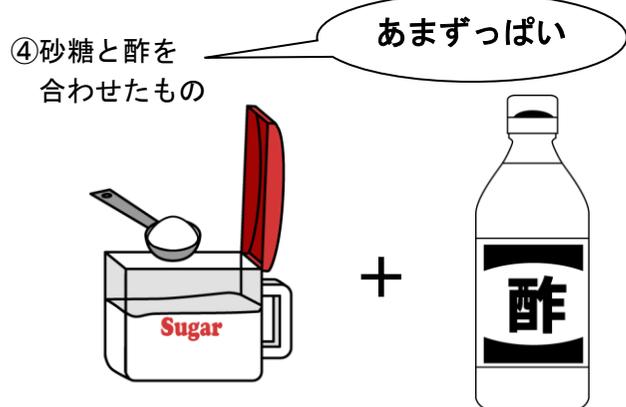


年少組

## 『ようこそ！キッチンラボへ！』

初めてのキッチンは味の体験。料理は、いろいろな味のために調味料を使います。調味料にはどんなものがあるのかな？どんな味がするのかな？

①塩、②砂糖、③酢、④砂糖と酢を混ぜたものを味見しました！



**しっかり手洗いをしよう**

ばい菌が見える手洗いチェッカーを使い、洗っていない手を見ました。洗っていない手には、ばい菌がいっぱいピクピク！手の洗い方を守って、しっかり洗うときれいになりました。手洗いと消毒が、とても大切だとわかりました！

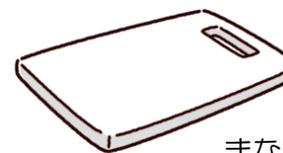


キッチンラボ・クイズ

いっしょにつかうなまをせんでつなごう！



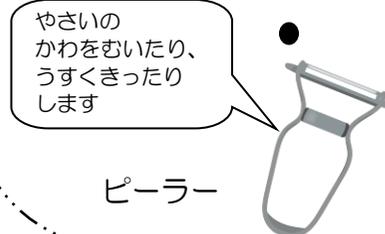
すりばち



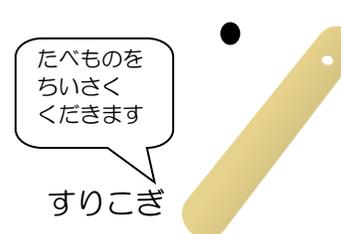
まないた



なべ



ピーラー



すりこぎ



おたま

### ◇きゅうりのごま酢和え◇

<材料 5人分>

- きゅうり 1本 わかめ(乾燥) 2g
- ちりめんじゃこ 15g
- 白ごま(いり) 大さじ2
- 【たて塩】水 大さじ1 塩 小さじ1/4
- △酢 大さじ1 砂糖 小さじ2

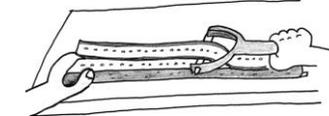
<作り方>

- ①きゅうりはピーラーで薄切りにし、はさみでお口の大きさに切る。
- ②ポリ袋にたて塩の材料を合わせ、①を入れ、しんなりさせる。
- ③わかめは水で戻し、水気をきる。
- ④すりばちでごまをすり、△で味付ける。
- ⑤ポリ袋の端を切り、きゅうりの水を絞り、わかめ、ちりめんじゃこと一緒に、すりばちで和えたら、出来上がり！



### 子ども調理ポイント

- ポリ袋を使うと簡単！
- きゅうりは縦半分にし、ピーラーをすると、きゅうりがコロコロしなくてやりやすいよ！



- すりばちの中で全部、混ぜるといいよ！



- キッチンラボ・クイズの答え - すりばちとすりこぎ まないたとピーラー なべとおたま