令和８年　ちゅうりっぷ認定こども園内



１１月　ちゅうりっぷ子育て支援センター

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4	5	6	7
8	9 子育て相談日 午前中	１０	１１	１２ 午前休館日	１３	１４
１５	１６	１７	１８ 午前休館日	１９	２０	２１
22/29	23/30 勤労感謝謝の日 (23 日)	２４ 身体計測	２５ ママの体を整える♪ 骨盤体操	２６	２７	２８

手形・足形アート　～秋バージョン～
１１月６日（金）～２０日（金）

＊時　間：10:15スタート
＊持ち物：バスタオル
＊講　師：松田　安侑弥先生

まだまだ食欲の秋ですよ！

柿やりんご、さつまいもにぶどう、主食のお米など多くの食材が旬を迎える秋は、いつもより食欲が増します！そしてなぜか手作りお菓子が作りたくなります！という訳で、あっという間にできるレシピで作ってみました。

レンジで簡単　プリン

プリン液（カップ2個分）
・卵 １個　・牛乳 150cc　・砂糖 大さじ2

1．ボウルにプリン液の材料をすべて入れ、泡立てないように優しく混ぜる。
2．茶こしでこしながら半量ずつ流しいれる。
3．電子レンジに２個並べ入れ、２分～２分３０秒加熱する。粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす。

※ポイント　表面がプクプクしたら取り出す。加熱しすぎるとスが立つので注意！



よく分からず、３分ほどチンしたら見事にスだらけになってしまいました。皆さん気をつけてください。

レンジで簡単　さつまいもバター

・さつまいも　中１本　・砂糖　大さじ１～２(お好みで)
・バター1 大さじ1　・塩　２つまみ

1．さつまいもを一口サイズに切って水にさらしておく。
2．耐熱容器に材料をすべて入れラップをして500W で６～７分レンジにかける。
3．加熱後すぐ（熱いので注意しながら）全体に調味料が行き渡るように混ぜる。



本当にあっという間にできました。お弁当の一品にもいいかも！塩を醤油や黒胡椒にかえても美味しそう！黒ゴマは後のせです。

※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