



すこやかメール  
ひよこ・うさぎ・くまぐみ  
(0・1・2歳児)



2025年度 2・3月号  
吉田方子育て支援センター  
豊橋市吉川町125-2  
TEL 33-1135

【2月 すこやかワーク】

日時：2月18日（水）  
10:00～11:30

対象：ひよこぐみ（3ヶ月～歩行前まで）  
7組

内容：ベビWARAリズム  
場所：すこやかルーム

講師：谷野知美先生

持ち物：バスタオル



《昨年度の様子》

【3月 すこやかワーク】

日時：3月4日（水）  
10:00～11:30

対象：ひよこぐみ（R6.4.2～R7.4.1）  
うさぎぐみ・くまぐみ 各3組

内容：保育園体験  
(保育室で園児と一緒に遊ぼう)  
場所：吉田方保育園



《昨年度の様子》



《マーボー豆腐》

豆腐	240g	みそ	20g
豚ひき肉	80g	さとう	12g
にんにく	少々	しょうゆ	8g
しょうが	少々	トマトケチャップ	8g
油	4g	中華スープ	320g
人参	60g	片栗粉	8g
玉ねぎ	120g	ごま油	0.8g
葉ねぎ	20g		

- ① 油でにんにく（みじん切り）としょうが（みじん切り）豚ひき肉を炒める
- ② 粗みじんに切った人参と玉ねぎを炒め、中華スープと調味料を加えて調味し、サイコロ切りの豆腐、小口切りにしたねぎを加える
- ③ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を回し入れる

（分量・・・幼児4人分）

《はんさんすう》

春雨(乾燥)	20g	さとう	4g
ハム	40g	しょうゆ	8g
もやし	60g	酢	8g
みかん缶	40g	ごま油	1.2g

- ① 春雨は水で戻して茹でる  
もやしは茹でる  
ハムは千切りにする  
きゅうりは千切りにする
- ② 材料を合わせ、調味料を加えて和える

（分量・・・幼児4人分）