



しなプッシュー通信

Vol. 17



教室の様子

このところの子どもたちの成長がものすごいです。できなかつたことが
 どんどん出来てきてお母さんたちも驚いていました。続けることの大切さ
 をすごく実感しています。くぼたのうけん 秦野教室ももうすぐ開校
 1年となります。この1年の子どもたちの成長を見守らせてもらい
 改めてくぼた式育児法の良さを痛感させてもらいました。も、と
 も、と多くの人に届けるために努力していきたいです。

ブレインフードレシピ

そうめんチャンプル

＜材料＞1人分

- 卵... 1コ
- 豚肉のこま切れ... 30g
- 玉ねぎ... 30g
- にんじん... 20g
- ヒレマン... 15g
- そうめん... 各束(50g)
- しょうゆ... 小さじ1/2
- しょうゆ... 小さじ1

＜作り方＞

1. 卵を割り、さつを叩いて混ぜ、フライパンで火少し。卵を作る。器に取り出しおく。
2. 豚肉を食べやすい大きさに切り、塩少々をふる。玉ねぎは薄切り、にんじんとヒレマンは細切りにする。
3. フライパンに油を入れ熱し、2をしんなりするまで炒める。
4. そうめんを時間通りゆで、湯切りをし、麺に油小さじ1をまぶしまぜる。
5. 3に4を加えほくほくしながら炒め、しょうゆと1を加えよく混ぜ合わせる。



秦野駅南口 徒歩5分



0歳からの育脳教室

くぼたのうけん 秦野教室

住所：秦野市尾尻181-15 アルカディアアイル105

TEL：0463-57-2582

(駐車場あり お問い合わせください)

お知らせ



「はたの子育てサポーターなないろ」による

『おしゃべりのひろば』開催中!

時間 10:00~12:00

8月は

場所 くぼたのうけん 秦野教室

1日・8日・15日・29日

オープンしています!

暑くてどこで遊んでいいのか小悩みます...
 の声にお応えして開催日追加!!
 ぜひあそびに来て下さい。



LINE 公式アカウント



公式HP こちら↑



LINE公式アカウントでは子育てのお役立ち情報を発信しています。ぜひお友だち登録をお願いします!