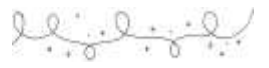


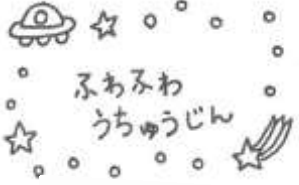


おうちで Let's Try



のびすく仙台で行っているイベントの中から、家庭でも子どもたちと一緒に楽しめるものをご紹介します。

《パパ's 工作》 パパ、ママと一緒に楽しく遊べるおもちゃを作る時間です。



ふあふわ
うちゅうじん

☆ 小さなスーパースタ
☆ アルミホイル
☆ はさみ
☆ 油性マジックやシールなど

..作り方..

① 点線を切る

② アルミホイルで裏を貼る

③ シールを貼って絵を描く


..遊ぶ方..

④ 穴に指をさして遊ぶように手をいれて...

⑤

《お話しタイム》 手遊びや絵本の読み聞かせなど、親子で楽しめる時間です。

「おとつとつとつ」のフレーズが楽しい手遊びです！



1. てんぐのはなはながいぞ
2. てんぐのみみはてっかいぞ
3. ありのくちはあちいぞ

おとつとつとつ
このくらい

① ながいぞ
両手をグーにして鼻の形をつくる。

② ぞうのみみは
片方のグーを伸ばしていく。

③ ありのくちは
両手をきんぎょの形に広げていく。

④ てっかいぞ
片方の両側に手で耳をつくる。

⑤ あちいぞ
口の周りを手で囲む。

《新米パパママ講座》 7/19の講座で作ったレシピを紹介します！ 共催：仙台市ガス局

「和風ラタトゥユ」

●材料（4人分）

- なす.....1本 100g
- きゅうり.....1本 100g
- トマト.....1個 200g
- たまねぎ.....200g
- パプリカ.....大 1/3個
- にんにく.....小 1かけ
- オリーブ油.....大さじ2
- 酒.....大さじ1
- みりん.....大さじ1
- しょうゆ.....大さじ1
- 青じそ.....2枚
- ワインビネガー.....小さじ1

●作り方

- ① なす、きゅうりは1cmの輪切り、なすは水につけてからザルに上げ、水気を切る。皮をむいたトマトとたまねぎはくし切り、パプリカはひと口大、にんにくはみじん切り、青じその葉は荒みじん切り
- ② 厚手の鍋に、オリーブオイルを大さじ2とにんにくを入れ、香りが出るまで炒め、トマトと青じそ以外の野菜をすべて加え、油が全体に回るまで炒める。
- ③ ②にトマトと調味料を加え、蓋をして弱めの中火で15分～20分、焦がさないように蒸し煮する。焦げそうになったら酒を少し加える。
- ④ 最後に味を見て塩で調味して盛り付けの際にワインビネガーを入れる。
- ⑤ 盛り付けて青じそを散らす。

※ラタトゥイユ、ラタトゥユ（フランス語：ratatouille）とはフランス南部プロヴァンス地方、ニースの野菜煮込み料理

