

ぱおぱお ニュース

< 簡易マスクの作り方 >



今回はキッチンペーパーと輪ゴムで簡単に作れるマスクをご紹介します。
折り幅で簡単にサイズを調整できるので、小さいお子さま用などにもしやすいですよ。



図1)



<< 作り方 >>

- ①キッチンペーパー2枚、輪ゴム4本、マスキングテープを用意します
- ②キッチンペーパー1枚を半分に折り、もう一枚の真ん中に置きます(図1)
- ③重ねてある方の端を1cmほどの幅で巻き込むようにふた折りして、マスキングテープで固定します(図2)
- ④もう片方の端も③同様にします(鼻とあごの部分になります)

図2)



- ⑤留めた端から3~4cmくらいのところで一度折り、裏返して今度は1~1.5cmくらいずらしながら3段のジャバラ折りにします

(図3・4)

マスキングテープで固定



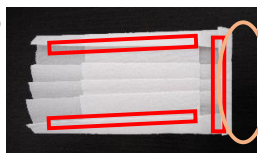
図3)



図4)



図5)



- ⑥横の部分を1~2cmほど折ります(この折り幅でサイズ調整をします)
- ⑦折ったところに輪ゴムを挟むようにして、マスキングテープで固定します
- ⑧もう片方も⑥~⑦同様にします
- ⑨左右の輪ゴムにもう一つずつつながぎ合わせて完成です(お子様用は折り幅にもよりますが、輪ゴム一つでもOK)

(図5)

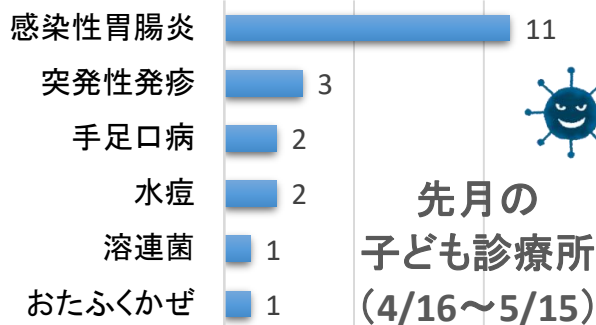


図6)



* 表面にもマスキングテープを貼り、装飾してもかわいいですね。
 * マスキングテープがない場合は、③④では留めずに進み、⑦⑧の輪ゴムをホチキスで固定してもOK
 (巻き込むように2回折ると丈夫になります) *ホチキスは必ず針先が外側を向くように打ちましょう

< 感染症情報 >



子ども診療所では...

・先月同様に緊急事態宣言を受けて受診数も減っているため、検査件数も少なくなっています。

病児保育室ぱおぱおでは...

・緊急事態宣言後は、立川市指導のもと病児保育室もお休みしております。今後についてはホームページをご覧ください。

< トーストのアレンジレシピ >

最近はおうち時間が増えて、皆さんお料理も色々工夫されていますよね。
そこで今回は簡単で美味しいトーストのアレンジレシピをいろいろある中からいくつかご紹介します。
まだ試していないという方は、ぜひお子様と一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか♪
お気に入りレシピは今後の忙しい朝でもさっと作れていいかもしれませんね。



☆定番目玉焼きトースト☆



【材料:食パン1枚(5~6枚切り)・卵1個・マヨネーズ・とろけるチーズ適量】

- ①食パンの真ん中あたりを押してくぼませます
 - ②くぼませた部分を縁取りをするように四角くマヨネーズをのせていきます
 - ③真ん中に卵を落とし入れてチーズを乗せてオーブントースターで8~10分ほど焼いて完成!
- * 生卵を直接パンに乗せたくない、少し硬めの卵に仕上げたいという方は、
卵をお皿に割り入れラップをして500Wのレンジで30秒ほど加熱してから乗せましょう

*** 加熱しすぎると爆発するので注意!**



☆チーズ好きにおすすめチーズフォンデュトースト☆

【材料:食パン1枚(4枚切り)・牛乳大さじ1・コーンスープの素大さじ1/2・スライスチーズ3枚・コショウ適量】

- ①耐熱容器に牛乳とコーンスープの素を入れて500Wで30秒ほど加熱し、
一旦取り出して、ちぎったチーズを入れてさらに30秒ほど加熱しコショウを入れます
- ②食パンにバツを描くように切り込みを入れて(貫通しないように注意!)手で軽く開きます
- ③①をパンの切り込みに詰め込み、お好みの焼き加減に焼いて完成!



☆簡単ハニークリームトースト☆

【材料:食パン1枚・クリームチーズ適量・はちみつ適量】
トーストした食パンに、クリームチーズを好みの量塗り
はちみつをかけて完成!



*** はちみつは1歳未満のお子様には与えないようにしましょう**



☆サクッと食感メロンパントースト☆

【材料:食パン1枚・マーガリン大さじ1・砂糖大さじ2・小麦粉大さじ2】

- ①耐熱容器にマーガリンと砂糖を入れて加熱し、混ぜて溶かします
- ②①の中に小麦粉を入れ、ねっとりするまでよく混ぜます
- ③②を食パンに塗り広げ、いつもより長めに焼いて完成!



*スマイルコーナーは病児保育室の再開に合わせて、またご紹介していきます。

保育室のご利用には 事前の登録が必要です!



新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪

お問い合わせ 病児保育室ぱおぱお (月~金 8:30~17:30)

TEL 042-521-2777