



10月になりました。日が暮れるスピードが早くなり、草むらでは虫のメロディーが聞こえてきます。子どもが通っていることも園では、運動会の練習が始まりました。

4月から通い始めたこども園。なかなか抱っこ登園を卒業できず心配していましたが、最近になり、やっと自分の足で(しかも走って)教室まで行くことができるようになりました。

娘の成長をうれしく思う反面、寂しくもあり、これから少しずつ離れをしていかなきゃなと感じています。

10月は、ピクニックやお出かけが楽しい季節ですね。感染対策にも留意しつつ、楽しい秋を過ごせるといいですね。



MAMI

11.13 行って来た! 習いごとおためしレポート

現代は実にいろんな習いごとがあってびっくり。子どもにさせるかは別として(送迎大変し...お金かかるし)「どんな習い事が決まかな!」と色々なものに体験参加しております。私見はありますがその体験です。

<p>ピアノ</p> <p>公民館・コンピにて... トランポリンの上でびびながらおどろき踊る。ダンスのようで伊達だぞ。</p> <p>◎体験など運動能力UP、ダンス帯来もある △2歳~6歳と年齢が広く、たまに難しい</p>	<p>スイミング</p> <p>スイミングスクール(各社にて...) 水になれたら楽しみ、泳ぎを身に付けていく。</p> <p>◎泳ぎが身につく、体力がつく △(はじめ)ややがりがち、高い、長い</p>	<p>英語</p> <p>公民館・スクールなど 最近ではスイミングに付いて人気だとか、私も英語が苦手なので親子英語から入って、11.13に学びました。</p> <p>◎ジュニア向けのイベント楽しい △値段ピンキリ</p>	<p>習字</p> <p>公民館・公民館 きれいな字が書ける魚の習字が身に付いたぞー生モノ!!</p> <p>◎集中力、字を覚えたり美しくかっこいい △ハビや小の字が泳いで見るのはキツイ</p>
<p>体操</p> <p>公民館にて... ①なら意外と安い(3000円とか)世界観がハマればどってでもすまそ!(うちの子は...以下略)</p> <p>◎みんな姿勢がいい、エレガント △発表会のヒモ準備が大変だぞ</p>	<p>ダンス</p> <p>公民館・スタジオにて (13人なジャンルのダンスあり、先生によっても質や選曲、川がいろいろあった)</p> <p>◎踊れるとかなりいいリズム感、運動能力が △高め、発表会などが大変、センター争い</p>	<p>英語</p> <p>公民館・公民館 きれいな字が書ける魚の習字が身に付いたぞー生モノ!!</p> <p>◎集中力、字を覚えたり美しくかっこいい △ハビや小の字が泳いで見るのはキツイ</p>	<p>習字</p> <p>公民館・公民館 きれいな字が書ける魚の習字が身に付いたぞー生モノ!!</p> <p>◎集中力、字を覚えたり美しくかっこいい △ハビや小の字が泳いで見るのはキツイ</p>

共道牧場 リッチザヨーグルト

いかがですか?

今回は私の最近お気に入りヨーグルトを紹介し、その名も「リッチザヨーグルト」見たことのないパッケージに魅かれて手にとると、なんと地元共道牧場様ではエナジー!と試しに買っていただいたら大好きになりました♡



酸味も少ない
テクスチャーもほろり固め(水切りヨーグルト)
味も口に入れるならば、レアチーズケーキのような生クリームのような濃厚な味わい。

お値段とカロリーは一般的なヨーグルトと比べると高めですが一度食べてみる価値ありです。ちなみに私は自由が丘のトホでGetしました。みなさんもぜひ!

◎共道牧場とは?
神戸市中央区に本社、小野市に工場を置く乳製品メーカー。近隣の小中学校の給食牛乳も製造している。

地元応援!! 地産地消!

ハロウィンきもかわ? レシピ

ゴーストのフライドポテト
(材料 2人分)
じゃが芋3個、塩少々、のり、油適量

＜作り方＞
1. じゃが芋は皮をむき1cmの厚さに切る。中央に大きな穴を掘るようにゴーストの顔のpointを口の刃先を立てて、二つ凹のようになり切る!
2. ①を揚げ鍋に入れて油をかるくらいまで入れる。中火にかけ3分ほどして大きな泡が立ってきたらひとまぜする。低温で時々全体をまぜながら5、6分まで油色になるまで揚げます。
3. 油をきってから、紙に吸って、塩を全体に軽くかけて完成。
のりを目と口の形に切り、ゴーストの顔に見立てる。
↑Level 2くらい?

自宅にある食材で気軽にズボラな私でもカンタンに工作しました!! ぜひ作ってみてください♡
♡MAMI♡

ミラのホットドッグ
(材料 1個分)
ウィンナーソーセージ本スライス4〜5枚、ドッグパン1個、サラダ菜1枚、ケチャップのり適量

＜作り方＞
1. ソーセージをゆでて水気をきる。
2. スライスチーズを5mm幅に切り、①に両側に貝型でバランスよく巻きつける。
3. ドッグパンにサラダ菜を敷き、②をのせる。ケチャップをかける。
↑Level 1くらい?

ハンドバグ
(材料 4袋 1個分)
①合いびき肉350g、玉ねぎ1/2個、パン粉大さじ1、ときたまご1個、塩こしょう、ナツメグ:各少々
スライスアーモンド5枚、サラダ油、ケチャップ、ソース適量

＜作り方＞
1. 玉ねぎをみじん切りにして、油を熱したフライパンでうすいきつね色になるまで炒め、粗熱をとっておく。
2. ボウルに①と②を入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。
3. 料理用のホリエキレンの牛乳につめる。
4. スライスアーモンドを8割かきのせ、軽く押す。中火で中心に火が通るまで加熱する。お好みでケチャップやソースをつけていただく。
↑Level 3くらい?

