

新型コロナウイルス感染拡大予防対策として完全予約制となります
事前に電話にてご予約をお願いいたします

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12 雨天中止 13:30~14:40 『園庭開放』
14	15	16	17	18	19 雨天中止 13:30~14:40 『園庭開放』
21 制作 『七夕飾り①』	22	23 13:30~14:30 『食育 de げんキッズ①』 給食の先生の話もあるよ!	24 制作 『七夕飾り②』	25 『アスレチック遊び』	26 雨天中止 13:30~14:40 『園庭開放』
28 身体測定 『大きくなったかな』	29	30 13:30~14:30 『食育 de げんキッズ②』 給食の先生の話もあるよ!			

- 時間 10:00~10:30 来園の際には検温をお願いいたします。 ●対象者 0歳児~就学前の子どもと保護者
- 参加費は無料です※材料費を頂く場合がございます。 ●水分補給できるもの、汗ふきタオル、戸外の場合は帽子をご持参ください。

捨てずに育てる！

リポベジ



だいこん

- へたを1.2センチ残し、断面を2~5ミリほど水につける。
- 大根の断面が茶色になったら薄くスライスして捨てれば、葉が長持ちする。
- サラダの他、かつお節やしょうゆ、砂糖と甘辛く炒めてふりかけにも。

にんじん



- へたを1.2センチ残し、断面を2~5ミリほど水につける。
- 5センチほどに成長すれば食べ頃。育ちすぎると硬くなるので、時期を逃さず食べよう。
- 生でも食べられて、風味が楽しめる。料理の彩や炒め物に。

リポベジのこつ・水耕栽培の場合

- 1日に1回以上水を替える。
- 屋内の日当たりが良い所に置く。
- 水や野菜がぬめったり、カビが生えたりしたら廃棄する。
- 水に深く漬け過ぎない。
- 豆苗などは、葉や茎の付け根から出てくる「脇芽」を残しておくとも早く収穫できる。



ねぎ

- 根元から7センチほど残して、根の部分だけ水に漬ける。
- みそ汁や麺類の具、料理の彩に。少量ずつ使えて便利。

豆苗



- 根元から7センチほど残して使う。
- 根の部分を水に浸しておく。
- 食品保存袋など透明で縦長の入れ物で育てると、すくすくと真っすぐ伸びる。
- 炒め物やサラダに。

リポベジとは「リボン・ベジタブル（再生野菜）の略称で、野菜の根元やへたを水につけたり、土に根付かせたりして野菜を再生すること。育つ様子を目の前で見ることで、子どもたちの食育にも繋がります。

お家時間の多い今だからこそ、少しずつ育つ楽しみを味わえる、リポベジに挑戦してみませんか？