1月 えんだより

令和２年　１月６日　発行

社会福祉法人　釜石愛育会　小佐野保育園　担当　成瀬

新年明けまして　おめでとうございます

子どもたちの明るく元気な声が園内に響き渡り新しい年が始まりました。ご家庭で年末年始を楽しく過ごし、子どもたちの心も充実しているようです。

先月のクリスマス発表会では、子どもたちの一生懸命な姿、成長した姿に、沢山の感動をもらいました。保護者の皆様の温かい拍手が子どもたちの力になったと思います。ありがとうございました。

今年も子どもたちにとって素晴らしい年になるように、そして一人ひとりがのびのびと健やかに成長することを願って職員一同子どもたちと元気に過ごしていきたいと思います。本年も宜しくお願い致します。

園長　佐々木　幾子

1月の予定

１日（水）～ ３日（金）年始休園
４日（土）お弁当の日
１０日（金）みずき団子づくり
１４日（火）～２４日（金）個人面談
１５日（水）お絵かき列車 表彰式
１６日（木）読み聞かせの会
２１日（火）口腔内チェック
３０日（木）お誕生会
３１日（金）お別れ遠足　※ぞう組
◎不審者対応の避難訓練（日程未定）

～個人面談について～

１月１４日（火）～２４日（金）までの午後１時３０分から３時の間に個人面談を行います。

また、予防接種や健診の受診状況も面談時に確認しますので、母子手帳をお持ち下さい。職場や連絡先の変更がある方は必ずお知らせ下さい。

みずき団子づくりは、ぞう・くま・らいおん組はエプロンと三角巾。きりん組はエプロンの用意を宜しくお願い致します。名前の記入も必ずお願いします。（マスクも使用します。）

※お子さんの持ち物には必ず、記名をして下さい。再度確認をお願いします。

☆おたんじょうびおめでとう☆

長いお休みのあとは、生活リズムが不安定になりがちです。風邪に負けない体作りのため、ご家族で食事や睡眠の時間などに気を付けていきましょう。生活リズムを見直し、ゆっくり体を休めることは免疫力を高めることにも繋がります。

感染予防のため、引き続きマスクの着用、玄関でのアルコール消毒のご協力をお願いします。

クラスだより

―ぞうぐみ―

保育園生活最後の発表会が終わりました。どの活動も意欲的に参加し、自分達の意見を出し合い進めていきました。本当に成長したなぁと感心させられました。みんなで力を合わせて取り組む楽しさを味わい、達成感を感じている子ども達です。卒園まであと３ヶ月となりました。生活リズムを整えつつ、基本的なことをしっかりと出来るようにし、自分で考えて行動することを頑張っていきたいです。また友だちとの関わりをさらに深められるようにしていき、思い出作りをしていきたいと思います。

―くまぐみ―

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願い致します。先月の発表会では、元気なくま組らしい姿を見せてくれた子ども達でしたね。みんなで取り組む楽しさを味わいながら、毎日練習に励むことができたのではないかと思います。くま組で過ごすのも残り３ヶ月…。４月からはぞう組さんですね。ぞう組さんからいろいろな事を教えてもらい、年長組になることへ意識・期待を持ちながら、今年もみんなで楽しく過ごしていきたいと思います。

―らいおんぐみ―

あけましておめでとうございます。新しい年がスタートしましたね。年末・年始は楽しく過ごせましたでしょうか？今年もたくさんあそんで、食べて、笑ってステキな１年になりますように。ケガや体調管理に気をつけながら１日１日を大切に過ごしていきたいと思いますので、今年もどうぞ宜しくお願い致します。

寒さに負けず、お天気のいい日は戸外で体を動かしながら、今月も元気いっぱいあそびたいと思います。

―きりんぐみ―

先月の発表会では、緊張している子もいましたが、ダンス・オペレッタを楽しく元気にステージで発表することができ、成長した姿を見ることができたのではないでしょうか。きりん組での生活も残り３ヶ月。らいおん組さんへの進級に向けて、お箸への移行、トイレトレーニング等やることが増えてきますが、頑張っていきたいと思います！！お家の方々もご協力よろしくお願いします。

―あひるぐみ―

先月のクリスマス発表会では、お忙しい中お越し下さりましてありがとうございました。あおむしになったあひる組の子ども達。緊張しつつもステージで頑張る姿、お父さん・お母さんを見つけ嬉しそうに手を振っている姿が印象的でした。寒さが続いていますが、体調管理に気を付けながら冬ならではの遊びを楽しみたいと思います。本年もよろしくお願いします。

―こあらぐみ―

先月の発表会では、緊張した表情をしながらも誰も泣くこともなく、最後まで可愛らしい姿を見せてくれましたね。温かく見守っていただき、ありがとうございました。最近は、お給食をスプーンや手づかみで食べることを喜び、少しずつ上手になってきました。汚れることが多くなるかもしれませんが、お家でも園でも、子ども達のやりたい気持ちを受け止めていきましょうね。寒い時期ですので、体調の変化に気をつけながら楽しく過ごしていきたいと思います。

1月　献立表

小佐野保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付						４日
未満児おやつ						プリン
給食						お弁当
おやつ						お菓子 ジョア
エネルギー						kcal　　kcal
たんぱく質						

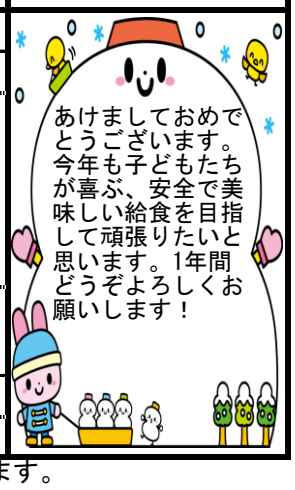
おもちで手軽に栄養補給！
お正月に欠かせないおもちは、体の主なエネルギー源である糖質が豊富で、手軽に栄養補給できる優れた食品です。同じ量でごはんより炭水化物が多いため腹持ちが良く、スポーツ前や合間に食べるのにも適しています。様々な食べ方があり、朝食にもおすすめです。

旬の食材　**大　根**
春の七草の「スズシロ」は大根のことで、古くから日本で親しまれてきました。1年中収穫できますが、春から夏は辛みが強く、秋から冬はみずみずしく甘みが強くなります。大根おろしなど生でも食べられますが、冬はおでんなどの煮込み料理が最適です。葉の部分にはビタミンCやカリウム、カルシウムなどの栄養が含まれています。

日付	６日	７日	８日	９日	１０日　みずき団子	１１日
未満児おやつ	りんご果汁	ヨーグルト	幼児牛乳	ヨーグルト	幼児牛乳	ヨーグルト
給食	ミートボールカレー 白菜の塩昆布和え ブロッコリーおかか和え スープ オレンジ	炒り卵ケチャップソース 小松菜とコーンのおひたし 野菜炒め みそ汁 りんご	揚げ赤魚香味ソース こふきいも青のり きゅうりの和え物 みそ汁 ぶどう	味噌おでん ニラともやし炒め トマトサラダ かき玉汁 みかん	焼豚麺 ほうれん草なめ茸和え 南瓜の鶏そぼろあん バナナ ご飯はいりません	親子丼 焼き豆腐と若布の煮物 キャベツのお浸し みそ汁 オレンジ
おやつ	ココアラスク 以：牛乳　未：麦茶	さつまいもケーキ 以：牛乳　未：麦茶	チーズチヂミ ジョア	揚げあんぱん 以：牛乳　未：麦茶	３色だんご スポロン	マスカットゼリー せんべい
エネルギー	以455kcal　未451kcal	以422kcal　未472kcal	以386kcal　未486kcal	以376kcal　未449kcal	以508kcal　未441kcal	以360kcal　未460kcal
たんぱく質	以23.3g　未16.4g	以17.7g　未16.6g	以23.2g　未21.9g	以18.8g　未17.9g	以22.3g　未18.3g	以15.1g　未13.3g

日付	１３日	１４日	１５日	１６日	１７日	１８日
未満児おやつ	成人の日	幼児牛乳	幼児牛乳	ヨーグルト	幼児牛乳	幼児牛乳
給食		五目納豆 若布の酢みそ和え ちくわ磯辺揚げ みそ汁 りんご	鮭の味噌マヨ焼き キャベツのゆかり和え 茹で卵あんかけ せんべい汁 みかん	スパニッシュオムレツ 大根サラダ ひじきの煮物 みそ汁 バナナ	肉みそそば キャベツと油揚げの炒め煮 ブロッコリーオーロラ スープ　ぶどう ご飯はいりません	チンジャオチキン 白菜とベーコンの煮物 さつまいも煮 スープ みかん
おやつ		パンプディング 麦茶	一口パリパリピザ 以：牛乳　未：麦茶	黒糖くるみお焼き 以：牛乳　未：麦茶	南瓜ドーナツ 以：牛乳　未：麦茶	チョコスティックパン ジョア
エネルギー		以382kcal　未459kcal	以453kcal　未457kcal	以443kcal　未453kcal	以580kcal　未476kcal	以392kcal　未508kcal
たんぱく質		以21.7g　未20.8g	以25.1g　未24.1g	以19.2g　未16.6g	以21.5g　未17.5g	以21.4g　未20.3g

日付	２０日	２１日	２２日	２３日	２４日	２５日
未満児おやつ	幼児牛乳	ヨーグルト	幼児牛乳	幼児牛乳	ヨーグルト	幼児牛乳
給食	麻婆豆腐 カリフラワーコンソメ煮 白菜としらすの和え物 スープ オレンジ	赤魚の煮魚 切干大根カレーソテー ミモザサラダ みそ汁 ぶどう	炒り卵中華あんかけ ごぼうの味噌煮 キャベツの和え物 清まし汁 りんご	アップルチキン 小松菜のソテー ナポリタン スープ グレープフルーツ	かき揚げうどん 長芋甘みそかけ 春雨サラダ バナナ ご飯はいりません	鶏つくねあんかけ 若布とツナのソテー ブロッコリー みそ汁 みかん
おやつ	黒糖がんづき 以：牛乳　未：麦茶	ツナマヨパン 麦茶	フライドポテト ジョア	練乳サンド 以：牛乳　未：麦茶	ごまめし 麦茶	ソフールストロベリー ビスコ
エネルギー	以369kcal　未436kcal	以396kcal　未470kcal	以361kcal　未478kcal	以385kcal　未468kcal	以570kcal　未439kcal	以358kcal　未463kcal
たんぱく質	以16.9g　未15.8g	以19.7g　未19.4g	以20.8g　未22.2g	以19.8g　未18.4g	以15.0g　未14.3g	以20.3g　未21.7

日付	２７日	２８日	２９日	３０日　お誕生会	３１日	
未満児おやつ	ヨーグルト	幼児牛乳	ヨーグルト	幼児牛乳	幼児牛乳	
給食	たらのゴマ焼き 韓国風チャプチェ きんぴらごぼう みそ汁 みかん	ビビンバ丼 ささみとれんこんおろし和え ブロッコリーチーズ焼き スープ りんご	厚揚げの中華五目煮 マカロニサラダ パプリカソテー みそ汁 オレンジ	ロールパン チキンナゲット ブロッコリー ポークシチュー　バナナ ご飯はいりません	あんかけ焼きそば 大豆サラダ はんぺんピザ焼き スープ　ぶどう ご飯はいりません	
おやつ	りんごホットケーキ 以：牛乳　未：麦茶	スコーン 以：牛乳　未：麦茶	ピザまん風蒸しパン 以：牛乳　未：麦茶	チーズケーキ りんご果汁	とちおとめサンド ミルクココア	
エネルギー	以446kcal　未461kcal	以372kcal　未513kcal	以447kcal　未482kcal	以596kcal　未450kcal	以590kcal　未482kcal	
たんぱく質	以23.3g　未18.0g	以15.4g　未16.2g	以19.3g　未17.5g	以20.8g　未16.6g	以21.8g　未18.6g	

4日(土)は業者さんの関係でお弁当になります。ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願いいたします。