



12月号 園だより

中妻子供の家保育園 令和元年12月2日発行 担当 阿部

早いもので、令和元年も、残すところあと1ヶ月となりました。保育園では、今年最後の行事クリスマス発表会に向けて、ダンスや劇などの練習を行っているところです。発表会当日は、思いがけないハプニングもあるかとは思いますが、温かく見守って頂きたいと思えます。会場の皆様の沢山の声援や拍手が子ども達の頑張る力となりますので、よろしくお願い致します。今年も、サンタさんから素敵なプレゼントが届くと良いですね。

師走で、慌ただしい日々になるとは思いますが、今年一年を振り返りながら、新しい気持ちで新年を迎えたいですね。良いお年をお迎えください。

園長 八幡 雅子



12月の予定

～12月の行事予定～

- 6日(金) クリスマス発表会総練習
- 14日(土) クリスマス発表会
- 16日(月) 読み聞かせの会
- 17日(火) 誕生会
- 19日(木) 体育教室(うさぎ、ぱんだ組)
- 20日(金) チャレンジクッキング(ぱんだ組)
- 24日(火) 幼年消防クラブ防火教室(りす、うさぎ、ぱんだ組)
- 27日(金)、28日(土)、1月4日(土) お弁当の日
- 12月29日(日)～1月3日(金) 休園

～子育て支援センター行事～

- 18日(水) 園児交流：1、2歳児合同サークルクリスマス会
- 25日(水) みんなのひろば 大型絵本
- ※毎週水曜日の午前中は身体測定となります。



☆退園のお友だち☆

元気でね！また遊びに来てね♪

☆入園のお友だち☆

☆12月29日(日)～1月3日(金)は、年末年始の為、保育園は休園になります。また、12月27日(金)～1月4日(土)までお弁当の日となりますので、登園する場合には、果物付きのお弁当の用意をお願いします。

☆年末に、布団一式、着替え、上靴の持ち帰りとなっています。日光消毒や洗濯をしてから休み明けにお持ちください。また、持ち物全てに記名がされているか、衣服のサイズ確認をお願いします。



☆おたんじょうびおめでとう☆



☆クリスマス発表会☆

- 日時：12月14日(土) 9:00 開会 (8:40 親子で登園)
- 場所：保育園ホール
- 対象：全園児
- ※12:30頃終了予定です。
- 詳細は先日配布しました案内をご覧ください。

個人面談について

1月8日(水)～月末にかけて個人面談が行われます。15～20分程度の短い時間となります。各保育室の前に日程表を掲示しますので、希望する時間帯にお子さんの名前の記入をお願いします。また、母子手帳と保険証も忘れずにご持参してください。

☆各クラスから☆

☆ひよこ0組☆

エントランスにクリスマスツリーが飾られ、子ども達もクリスマスの雰囲気大喜びです。歌が大好きな子ども達は、毎日、楽しく音楽に合わせて、リズム遊びを楽しんでいますよ。発表会当日は、たくさんの観客を前に、泣き出してしまうお友達もいると思いますが、かわいい子ども達に沢山の拍手をお願いします。今月より、新しいお友達のちゃん加わり、9名となります。みんなで仲良く遊びましょうね。

☆ひよこ1組☆

今年も残すところ1ヶ月です。うがい手洗いをしっかりと行い元気に過ごせるようにしたいですね！！クリスマス発表会も近付き、お部屋で音楽に合わせて体を動かすことを楽しんでいる子ども達です。大きなステージと沢山のお客様にビックリして固まってしまう事もあると思いますが、沢山の拍手をお願いしますね！！

☆ひよこ2組☆

発表会に向けて、ミニオペレッタやダンスを楽しんでいる子ども達。本番も元気に参加できるといいですね！！身の回りのことでは紅茶うがいに取り組んでいます。給食では少しずつおはしにも取り組んでいきたいので、スプーンの持ち方にも気を付けたり、お家でもおはしの練習をしてみましょうね。

☆りす組☆

クリスマス発表会に向けて、劇遊びやダンスに取り組んでいます。大きな声で台詞を言ったり、歌を歌えるよう、みんなで頑張っています！「今日は100点!!」と毎日、満点目指してやる気満々。当日も元気な姿を見せてくれるといいですね。

☆うさぎ組☆

今年もあと1ヶ月。今月は、クリスマス発表会があります！劇では、セリフに挑戦したり、ぱんだ組との合奏もあります。セリフは練習を行っていくうちに少しずつ声が出るようになってきています！！本番での子ども達の姿がとても楽しみです。

☆ぱんだ組☆

今月は、いよいよ、ぱんだ組にとって保育園生活最後のクリスマス発表会があります。先月は行事の合間をぬって言葉、歌、合奏、ダンス、劇の活動をしてきました。友達と協力しながら、少しくらい間違えても気にせず、伸び伸びと発表できるといいなと思います。ご家庭の皆様の励ましをよろしくお願いします。



12月の献立表

ひよこ組・ひよこ1組・ひよこ2組

中妻子供の家保育園

月	火		水		木		金		土	
2日	3日		4日		5日		6日		7日	
幼児牛乳	ヨーグルト		ヨーグルト		幼児牛乳		幼児牛乳		幼児牛乳	
鶏肉ケチャップカレー炒め 黒豆サラダ ブロッコリーのごま和え みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	野菜入り炒り卵 切干大根のカレーソテー 春雨二色和え みそ汁 果物（レッドグローブ） 米飯		竹輪の磯辺揚げ 春雨ひじき和え 卵の干草焼 みそ汁 果物（りんご） 米飯		味噌おでん スパゲティサラダカレーマヨ味 二色きんぴら 清汁 果物（柿） 米飯		五目あんかけうどん さつま芋サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ）		チャンポンそば いり卵のケチャップソースがけ 胡瓜マヨドレ和え 人参しりしり 果物（みかん）	
幼児牛乳 しょう油団子	麦茶 スイートポテト		麦茶 シリアルヨーグルトかけ		ジョア（プレーン） ウェハース 揚一番		幼児牛乳 ジャムパン		元気ヨーグルト ばかうけ	
エネルギー 501Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 15.2g	エネルギー 527Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 16.4g	エネルギー 534Kcal たんぱく質 22.7g 脂質 15.0g	エネルギー 690Kcal たんぱく質 26.9g 脂質 18.5g	エネルギー 575Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 18.7g	エネルギー 456Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 14.0g					
9日	10日		11日		12日		13日		14日	
幼児牛乳	ヨーグルト		幼児牛乳		幼児牛乳		ヨーグルト			
鮭のレモン漬け さつま芋とアスパラのごま和え ブロッコリー赤黄和え みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	豆ドライカレー せん切サラダ にらともやしのナムル みそ汁 果物（レッドグローブ） 米飯		松風焼き 八宝菜 マカロニケチャップソテー みそ汁 果物（りんご） 米飯		ベーコンエッグ すき昆布の煮物 キャベツとアスパラカレー味 みそ汁 果物（バナナ） 米飯		麻婆茄子ラーメン ごぼうのサラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（みかん）		クリスマス発表会 ※プレゼントと当日 飲み物があります	
ジョア（ストロベリー） 一口パリパリピザ	麦茶 じゃが大学		麦茶 焼きそば		幼児牛乳 ごまラスク		おしどり牛乳 幼児牛乳 あずきクリームパン			
エネルギー 528Kcal たんぱく質 24.2g 脂質 13.6g	エネルギー 524Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 14.8g	エネルギー 553Kcal たんぱく質 25.0g 脂質 17.3g	エネルギー 566Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 23.1g	エネルギー 649Kcal たんぱく質 22.9g 脂質 24.1g						
16日	17日 誕生会		18日		19日		20日		21日	
幼児牛乳	幼児牛乳		ヨーグルト		幼児牛乳		ヨーグルト		幼児牛乳	
肉じゃが 和風サラダ 赤黄ピーマンソテー みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	スコッチエッグ スパゲティナポリタン ブロッコリーマヨドレ トマト 春雨スープ 果物（りんご） 米飯		きずのオランダ揚げ ひじきの煮物 切干大根の酢の物 豚汁 果物（レッドグローブ） 米飯		厚揚げの中華五目煮 法蓮草の三色ナムル 長芋の甘みそかけ みそ汁 果物（バナナ） 米飯		カレーうどん 春雨サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト コーンスープ 果物（オレンジ）		ロールパン サンラータンスープ さつま芋と小豆の煮物 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（みかん）	
グレープゼリー ヤクルト チーズボール	麦茶 ケーキデコレ		麦茶 きなこ団子		麦茶 フライドポテト		幼児牛乳 キャラメルサンド		プリン ソフトせんべい	
エネルギー 554Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 16.7g	エネルギー 601Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 24.0g	エネルギー 505Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 10.4g	エネルギー 554Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 18.2g	エネルギー 649Kcal たんぱく質 26.1g 脂質 19.4g	エネルギー 542Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 19.9g					
23日	24日		25日		26日		27日		28日	
幼児牛乳	ヨーグルト		幼児牛乳		ヨーグルト		幼児牛乳		飲み物	
鮭のマヨネーズ焼き 春雨のいり煮 キャベツの二色和え みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	麻婆豆腐 五目きんぴら 小松菜のりしょう油和え みそ汁 果物（バナナ） 米飯		鶏肉の照り焼 ポテトサラダ ブロッコリーのおかか和え トマト 春雨スープ 果物（りんご） 米飯		法蓮草とベーコンの クリームスパゲティ りんごサラダ 茹卵のカラフルあんかけ トマト 果物（みかん）		お弁当		お弁当	
ジョア（プレーン） ふかし芋	麦茶 黒糖蒸しパン		アセロラゼリー 星たべよ		麦茶 フレンチトースト		ミルージュ パームクーヘン ばりりんこ		飲み物 お菓子	
エネルギー 502Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 10.7g	エネルギー 515Kcal たんぱく質 16.9g 脂質 8.9g	エネルギー 488Kcal たんぱく質 17.6g 脂質 14.9g	エネルギー 537Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 21.0g	エネルギー 257Kcal たんぱく質 6.2g 脂質 8.9g						

休園	休園
	よいお年を お迎え下さい

家族でなべを囲みましょう

冬も本番です。園では、寒さに負けず外でたくさん遊ぶようにしています。厳しい寒さは、温かい食べ物で乗りきりましょう。おでん、すき焼き、水炊きなど、なべもののおいしい季節です。カボチャ・タマネギ・ニラ・ネギ・ショウガなど、体がしんから温まる根野菜をたくさん食べながら、家族でだんらんを楽しんでみてはいかがでしょうか。元気に登園できるよう、おうちでもいろいろ工夫してください。

お知らせ

- ・14（土）は、クリスマス発表会です。子ども達の可愛い姿を楽しみにして下さいね。
- ・20（金）は、ばんだ組のチャレンジクッキングです。今回は、クリスマスケーキのデコレーションにチャレンジしたいと思っております。
- ・27（金）は、厨房の大掃除をしますので、お弁当の協力をお願いいたします。
- ・28（土）もお弁当となります。また年明け4（土）もお弁当となります。
- ・今年の冬至は、22（日）です。お家でかぼちゃ等を食べて下さいね。



ヌルヌル食品

ヌルヌル食品が、インフルエンザ予防に役立つ食べ物とされています。納豆、オクラ、モロヘイヤ、ツルムラサキ、サトイモ、ナガイモ、大和イモ、ナメコなど、粘りのある食物繊維をたくさんとりましょう。

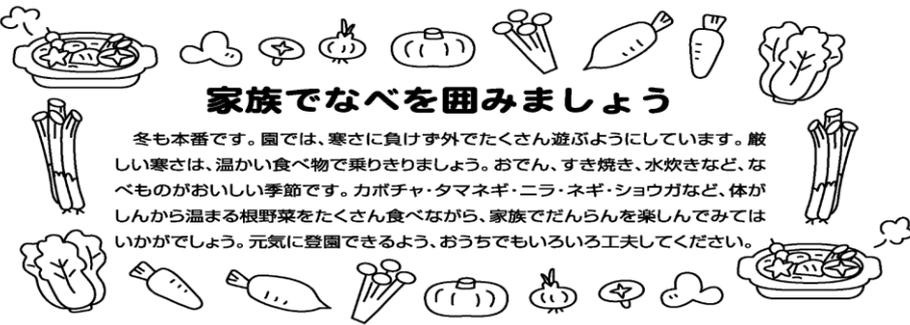
**年越しソバを
食べる意味**

年越しソバで、「細く長く生きること」「人生の長寿と幸福」を願います。

12月の献立表

りす組・うさぎ組・ばんだ組

中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
鶏肉ケチャップカレー炒め 黒豆サラダ ブロッコリーのごま和え みそ汁 果物 (オレンジ)	野菜入り炒り卵 切干大根のカレーソテー 春雨二色和え みそ汁 果物 (レットグローブ)	竹輪の磯辺揚げ 春雨ひじき和え 卵の干草焼 みそ汁 果物 (りんご)	味噌おでん スパゲティサラダカレーマヨ味 二色きんぴら 清汁 果物 (柿)	※ごはんはいりません 五目あんかけうどん さつま芋サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (バナナ)	※ごはんはいりません チャンポンそば いり卵のケチャップソースかけ 胡瓜マヨドレ和え 人参しりしり 果物 (みかん)
おしどり牛乳 しょう油団子	おしどり牛乳 スイートポテト	おしどり牛乳 シリアルヨーグルトかけ	ジョア (ブレーン) ウェハース 味かるた	おしどり牛乳 ジャムパン	元気ヨーグルト ばかうけ
エネルギー 381Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 13.5g	エネルギー 479Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 23.7g	エネルギー 481Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 20.0g	エネルギー 554Kcal たんぱく質 22.5g 脂質 17.6g	エネルギー 576Kcal たんぱく質 18.4g 脂質 16.1g	エネルギー 455Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 11.5g
9日	10日	11日	12日	13日	14日
鮭のレモン漬け さつま芋とアスパラのごま和え ブロッコリー赤黄和え みそ汁 果物 (オレンジ)	豆ドライカレー せん切サラダ にらともやしのナムル みそ汁 果物 (レットグローブ)	松風焼き 八宝菜 マカロニケチャップソテー みそ汁 果物 (りんご)	ベーコンエッグ すき昆布の煮物 キャベツとアスパラカレー味 みそ汁 果物 (バナナ)	※ごはんはいりません 麻婆茄子ラーメン ごぼうのサラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (みかん)	クリスマス発表会 ※プレゼントと当日 飲み物があります
ジョア (ストロベリー) 一口パリパリピザ	おしどり牛乳 じゃが大学	おしどり牛乳 焼きそば	おしどり牛乳 ごまラスク	おしどり牛乳 幼児牛乳 あずきクリームパン	
エネルギー 490Kcal たんぱく質 28.1g 脂質 15.7g	エネルギー 460Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 19.6g	エネルギー 481Kcal たんぱく質 25.6g 脂質 18.5g	エネルギー 508Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 28.3g	エネルギー 641Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 24.7g	
16日	17日 誕生会	18日	19日	20日	21日
肉じゃが 和風サラダ 赤黄ピーマンソテー みそ汁 果物 (オレンジ)	スコッチエッグ スパゲティナポリタン ブロッコリーマヨドレ トマト 春雨スープ 果物 (りんご)	きずのオランダ揚げ ひじきの煮物 切干大根の酢の物 豚汁 果物 (レットグローブ)	厚揚げの中華五目煮 法蓮草の三色ナムル 長芋の甘みそかけ みそ汁 果物 (バナナ)	※ごはんはいりません カレーうどん 春雨サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト コーンスープ 果物 (オレンジ)	※ごはんはいりません ロールパン サンラータンスープ さつま芋と小豆の煮物 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (みかん)
グレープゼリー ヤクルト チーズボール	おしどり牛乳 ケーキデコレ	おしどり牛乳 きなこ団子	おしどり牛乳 フライドポテト	おしどり牛乳 キャラメルサンド	プリン ソフトせんべい
エネルギー 422Kcal たんぱく質 18.0g 脂質 15.2g	エネルギー 678Kcal たんぱく質 24.9g 脂質 34.1g	エネルギー 480Kcal たんぱく質 25.6g 脂質 16.6g	エネルギー 500Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 21.7g	エネルギー 640Kcal たんぱく質 26.2g 脂質 19.0g	エネルギー 632Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 21.0g
23日	24日	25日	26日	27日	28日
鮭のマヨネーズ焼き 春雨のいり煮 キャベツの二色和え みそ汁 果物 (オレンジ)	麻婆豆腐 五目きんぴら 小松菜のりしょう油和え みそ汁 果物 (バナナ)	鶏肉の照り焼 ポテトサラダ ブロッコリーのおかか和え トマト 春雨スープ 果物 (りんご)	法蓮草とベーコンの クリームスパゲティ りんごサラダ 茹卵のカラフルあんかけ トマト 果物 (みかん)	お弁当	お弁当
ジョア (ブレーン) ふかし芋	おしどり牛乳 黒糖蒸しパン	アセロラゼリー 星たべよ	おしどり牛乳 フレンチトースト	ミルージュ パームクーヘン ぱりりんこ	飲み物 お菓子
エネルギー 404Kcal たんぱく質 25.1g 脂質 9.9g	エネルギー 435Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 12.5g	エネルギー 394Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 13.9g	エネルギー 679Kcal たんぱく質 25.7g 脂質 28.0g	エネルギー 190Kcal たんぱく質 2.9g 脂質 5.1g	
30日	31日	 <h2>家族でなべを囲みましょう</h2> <p>冬も本番です。園では、寒さに負けず外でたくさん遊ぶようにしています。厳しい寒さは、温かい食べ物で乗りきりましょう。おでん、すき焼き、水炊きなど、なべものがおいしい季節です。カボチャ・タマネギ・ニラ・ネギ・シウワガなど、体がしんから温まる根野菜をたくさん食べながら、家族でだんらんを楽しんでみてはいかがでしょうか。元気に登園できるよう、おうちでもいろいろ工夫してください。</p>			
休園	休園 よいお年を お迎え下さい				

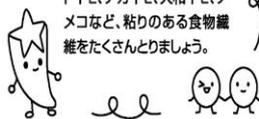
お知らせ

- ・ 14 (土) は、クリスマス発表会です。子どもたちの可愛い姿を楽しみにして下さいね。
- ・ 20 (金) は、ばんだ組のチャレンジクッキングです。今回は、クリスマスケーキのデコレーションにチャレンジしたいと思います。
- ・ 27 (金) は、厨房の大掃除をしますので、お弁当の協力をお願いいたします。
- ・ 28 (土) もお弁当となります。また年明け4 (土) もお弁当となります。
- ・ 今年の冬至は、22 (日) です。お家でかぼちゃ等食べて下さいね。



ヌルヌル食品

ヌルヌル食品が、インフルエンザ予防に役立つ食べ物とされています。納豆、オクラ、モロヘイヤ、ツルムラサキ、サトイモ、ナガイモ、大和イモ、ナメコなど、粘りのある食物繊維をたくさんとりましょう。



年越しソバを 食べる意味

年越しソバで、「細く
長く生きること」「人生
の長寿と幸福」を願います。

