



令和3年12月1日（水）発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 菊池（美）

早いもので、今年も、残すところあと一ヶ月となりました。

先月25日（木）に、八雲神社まで七五三参拝に出かけて来ました。子どもたちの健やかな成長をお願いしてきました。これからも健康第一で過ごしていきましょう。

子どもたちは、クリスマス発表会に向けて、ダンスや劇、ピアノなどの練習を行っているところです。今年度も未満児と以上児に分けて、二部形式で行います。保護者の皆様の温かい拍手が、子どもたちの頑張る力となりますので、よろしくお願いいたします。

師走で、慌ただしくなりますが、今年一年を振り返りながら、新たな気持ちで新年を迎えたいものです。良いお年をお迎えください。

園長 八幡 雅子



～行事予定～

- 1日（水）安全点検
- 2日（木）体育教室
- 9日（木）クリスマス発表会総練習
- 10日（金）身体測定
- 18日（土）クリスマス発表会
- 20日（月）読み聞かせの会
- 21日（火）誕生会
- 24日（金）チャレンジクッキング（5歳児）
- 28日（火）お弁当の日
- 29日（水）～1月3日（月）年末年始休園
- 1月4日（火）お弁当の日

～子育て支援センター～

- 1日（水）みんなのひろば（カレンダーを作ろう）
- 22日（水）のびのび・びよんびよん合同サークル（クリスマス会）

☆クリスマス発表会について☆

日時：12月18日（土）

第一部（0.1.2歳児）
登園 8:40 開会 9:00

第二部（3.4.5歳児）
登園 10:10 開会 10:30

場所：保育園ホール
※詳細は先日配布しました
お便りをご覧ください。

☆退園するお友だち☆

元気だね！



☆新しいお友だち☆

みんな仲良くしようね！

おめでとう！

社会福祉協議会
幼児福祉会絵画コンクール
にて、受賞しました！
おめでとう♪



★12月のお誕生日のお友だち★



クラスだより

【ぱんだ組】12月はクリスマス発表会があります。ぱんだ組は、合奏や劇、ダンスと様々な表現を楽しんでいます。子どもたち同士でダンスの振りを考えたり、劇の役を決めました。みんなで1つの事に取り組む楽しさや達成感を感じ、また1つ成長した姿を見せてくれるといいですね。

【うさぎ組】クリスマス発表会に向けて、合奏やオペレッタ、踊りに取り組んでいます。特に、オペレッタではそれぞれの役を楽しんで表現していますよ。本番でも元気な姿を見せてくれるといいですね。友だちとのトラブルもありますが、自分の言葉で伝えながら、相手の気持ちも一緒に考えていきたいと思います。

【りす組】今月のクリスマス発表会に向けて、劇やダンスの練習を頑張っています。劇では、みんなで頑張っ

てセリフを覚え、表現を楽しんでいますよ。昨年度よりも、成長した子どもたちの姿を見ることが出来るといいです。感染症等にも気を付けながら、元気に過ごしたいですね。

【ひよこ2組】先月は保育参観への参加、ご協力をありがとうございました。親子でふれあい遊びや大型絵本を楽しむことができ、よかったですね。今月はクリスマス発表会に向けて、劇ごっこやダンスを楽しみたいと思います。本番では、緊張したり恥ずかしがったりする姿も見られるかもしれませんが、温かく見守ってくださいね。先月から始まった紅茶うがいも頑張っていますので、家庭でも手洗い・うがいを行ってもらい、風邪に負けずに元気に過ごしましょうね。

【ひよこ1組】先月は保育参観日への参加、ありがとうございました。短い時間ではありましたが、いつもの朝の様子を見て頂いたり、元気に外遊びが出来、楽しく過ごせたと思います。いよいよ今月はクリスマス発表会があります。昨年よりも踊る姿をお見せできればと思っています。温かい拍手をお願いします。体調管理に気を付け、残り1ヶ月過ごしたいですね。

【ひよこ0組】今年も残すところ1ヶ月となりましたね。毎日、先生のまねっこをして手を叩いたり、体を揺らしながらお歌を楽しんでいます。発表会当日も笑顔でステージに立つことができるといいですね。寒くなり、風邪症状のお友だちが見られていますが、感染症に気を付け、年末年始も元気に過ごしましょう。

～おねがいとおしらせ～

☆12月29日（水）～1月3日（月）は、年末年始の為、休園になります。また、12月28日（火）、1月4日（火）は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・上靴を持ち帰ります。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、持ち物すべてに記名がされているか、衣服のサイズの確認をお願いします。





の献立表

ひよこ0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	
 楽しい季節を元気に 過ごそう！ 日ごとに寒さが厳しくなってきました。クリスマスに年末年始と楽しいことがたくさん控えているこの時季、風邪などで体調を崩さないよう、栄養たっぷりの食事をもって元気に過ごしましょう。 		1日		2日		3日		4日			
		牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳		牛乳			
		もちもちショウマイ キャベツののり醤油和え 筑前煮 味噌汁 御飯 果物		南瓜のキッシュ 大根のゆかり和え 人参ごまサラダ 味噌汁 御飯 果物		ミートソーススパゲティ さつま芋サラダ ブロッコリー赤黄和え スープ 果物		おにぎり 根菜汁 果物			
		アップルパイ 麦茶		ハニーケーキ 牛乳		五平餅 麦茶		ヨーグルト お菓子			
		エネルギー 434Kcal たんぱく質 15.8g 脂 質 13.3g		エネルギー 497Kcal たんぱく質 16.8g 脂 質 18.6g		エネルギー 372Kcal たんぱく質 15.2g 脂 質 12.5g		エネルギー 298Kcal たんぱく質 10.2g 脂 質 6.5g			
6日		7日		8日		9日 総練習		10日		11日	
牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳		牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳	
ぶり大根 カリフラワーのフライ ほうれん草のなめ煮和え 味噌汁 御飯 果物		油揚げの包み煮 ツナとトマトの和え物 キャベツ二色マヨドレ和え 味噌汁 御飯 果物		ドライカレー ツナとキャベツの和え物 ミニトマト スープ 御飯 果物		鶏肉洋風うどん ーロがんもの含煮 プロテインサラダ 果物		わかめおにぎり 竹輪フライ ブロッコリーマヨドレ トマト 芋の子汁 果物		ロールパン 白菜とツナ豆乳みそスープ 果物	
いきなりだんご 麦茶		練乳サンド 牛乳		チヂミしらす入り 麦茶		ソフール ハッピーターン		メロンパン（手作り） 牛乳		ジュース お菓子	
エネルギー 404Kcal たんぱく質 17.4g 脂 質 11.9g		エネルギー 486Kcal たんぱく質 20.1g 脂 質 16.3g		エネルギー 378Kcal たんぱく質 15.7g 脂 質 12.7g		エネルギー 406Kcal たんぱく質 18.7g 脂 質 15.3g		エネルギー 571Kcal たんぱく質 23.5g 脂 質 19.3g		エネルギー 333Kcal たんぱく質 12.4g 脂 質 12.3g	
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
元氣ヨーグルト		牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳		牛乳		気になる野菜 アップルキャロット	
麻婆豆腐 春雨サラダ じゃがバター味噌焼き スープ 御飯 果物		五目厚焼卵 ふろふき大根 ブロッコリーとコーンのおかか 味噌汁 清まし汁 御飯 果物		鯖のカレー竜田揚げ キャベツと油揚げの炒め煮 かぶのそぼろ煮 味噌汁 御飯 果物		鶏肉のごま照り焼き 切干大根の煮物 小松菜のサラダ 味噌汁 御飯 果物		すき焼きうどん 法蓮草のごま和え 南瓜のチーズ焼き 果物		 クリスマス発表会	
肉まん風蒸しパン 牛乳		ジョアプレーン パウムクーヘン		焼きそば 牛乳		きなこ・あんこもち 麦茶		チョコサンド 麦茶			
エネルギー 468Kcal たんぱく質 17.7g 脂 質 12.4g		エネルギー 530Kcal たんぱく質 20.6g 脂 質 13.8g		エネルギー 467Kcal たんぱく質 20.2g 脂 質 16.4g		エネルギー 412Kcal たんぱく質 18.7g 脂 質 11.1g		エネルギー 328Kcal たんぱく質 13.6g 脂 質 8.6g			
20日		21日 誕生会		22日		23日		24日		25日	
牛乳		牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳		元氣ヨーグルト		牛乳	
五目納豆 若布の酢みそ和え 竹輪の磯辺焼き ひつま汁 御飯 果物		チキン南蛮 小松菜カレー醤油和え さつま芋のオレンジ煮 トマト 味噌汁 御飯 果物		たらこの青のりパン粉焼き ほうれん草のミモザサラダ 南瓜のいとこ煮 せんべい汁 御飯 果物		ポテトコロッケ 豚バラ大根 白菜の塩昆布和え 味噌汁 御飯 果物		オムライス タンドリーチキン ポテトサラダ 茹ブロッコリー スープ 果物		ピザトースト 若布の鶏がらスープ 果物	
スイートポテト 麦茶		ロールケーキ グリン野菜&フルーツ		苺のラスク 牛乳		和風バリバリピザ ジョアプレーン		イチゴ生サンド 牛乳		プリン お菓子	
エネルギー 473Kcal たんぱく質 19.6g 脂 質 14.1g		エネルギー 505Kcal たんぱく質 20.0g 脂 質 15.2g		エネルギー 437Kcal たんぱく質 19.4g 脂 質 11.8g		エネルギー 510Kcal たんぱく質 21.2g 脂 質 16.7g		エネルギー 445Kcal たんぱく質 20.0g 脂 質 16.4g		エネルギー 260Kcal たんぱく質 10.7g 脂 質 10.3g	
27日		28日		29日		30日		31日		 「ごちそうさま」 の意味	
牛乳		元氣ヨーグルト		休園日		休園日		大晦日			
ミルクカレー ベークドポテト ブロッコリーとツナの和え物 スープ 御飯 果物		お弁当									
黒ごまスティッククッキー 麦茶		ゼリー お菓子									
エネルギー 444Kcal たんぱく質 15.0g 脂 質 15.4g		エネルギー 110Kcal たんぱく質 2.5g 脂 質 1.0g									

給食室からお知らせ

★18日(土)はクリスマス発表会で♪朝ごはんをしっかり食べて来て下さいね♪

★28(火)給食室の大掃除のため、おやつみの給食提供となります。果物付きのお弁当を持って来て下さい。また、年明け4日(火)もお弁当となりますので、ご協力よろしくお願いします。

麩のラスク

材料

- ・小切り麩…25g
- ・バター…35g
- ・グラニュー糖…20g

とっても簡単で
おいしいです♪

作り方

- ①ボウルに小切り麩を入れ、溶かしバターをからめる。
- ②天板にクッキングシートをひき、①を重ならないように広げる。
- ③200℃に温めたオーブンで5～6分焼く。

●園での調理工夫例●

野菜サラダの隠し味に

マヨネーズである野菜サラダに「酢」と「醤油」を隠し味にどに入れておき、子どもにとって「食べやすい」「おいしい」料理づくりに努めています。



「ごちそうさま」 の意味

「ごちそう」の「ちそう」は漢字で「馳走」と書き、「馳れ走る」といった意味をもっています。食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛り付けをする人など、たくさんの方がかかわっています。そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言うのです。



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
		1日	2日	3日	4日
楽しい季節を元気に 過ごそう！ 日ごとに寒さが厳しくなってきました。クリスマスに年末年始と楽しいことがたくさん控えているこの時季、風邪などで体調を崩さないよう、栄養たっぷりの食事をして元気に過ごしましょう。		もちもちシュウマイ キャベツののり醤油和え 筑前煮 みそ汁 果物	南瓜のキッシュ 大根のゆかり和え 人参ごまサラダ みそ汁 果物	ご飯はいりません ミートソースパグティ さつま芋サラダ ブロッコリー赤黄和え スープ 果物	ご飯はいりません ふりかけおにぎり 根菜汁 果物
	アップルパイ 牛乳	ハニーケーキ 牛乳	五平餅 牛乳	ヨーグルト お菓子	
	エネルギー 402Kcal たんぱく質 17.7g 脂 質 16.5g	エネルギー 443Kcal たんぱく質 16.3g 脂 質 23.9g	エネルギー 488Kcal たんぱく質 20.1g 脂 質 16.3g	エネルギー 290Kcal たんぱく質 8.2g 脂 質 3.0g	
6日	7日	8日	9日 総練習	10日	11日
ご飯はいりません ぶり大根 カリフラワーのフライ ほうれん草のなめ茸和え みそ汁 果物	ご飯はいりません 油揚げの包み煮 ツナとトマトの和え物 キャベツ二色マヨドレ和え みそ汁 果物	ご飯はいりません ドライカレー ツナとキャベツの和え物 ミニトマト 織切り野菜のスープ 果物	ご飯はいりません 鶏肉洋風うどん ーロがんもの含煮 フロティンサラダ 果物	ご飯はいりません わかめおにぎり 竹輪フライ ブロッコリーマヨドレ トマト 芋の子汁 果物	ご飯はいりません ロールパン 白菜とツナ豆乳みそスープ 果物
いきなりだんご 牛乳	練乳サンド 牛乳	チヂミしらす入り 牛乳	ソフール ハッピーターン	メロンパン（手作り） 牛乳	飲み物 お菓子
エネルギー 370Kcal たんぱく質 20.4g 脂 質 14.9g	エネルギー 431Kcal たんぱく質 21.1g 脂 質 20.9g	エネルギー 334Kcal たんぱく質 18.0g 脂 質 16.2g	エネルギー 441Kcal たんぱく質 19.4g 脂 質 15.2g	エネルギー 689Kcal たんぱく質 28.1g 脂 質 24.4g	エネルギー 427Kcal たんぱく質 13.7g 脂 質 12.5g
13日	14日	15日	16日	17日	18日
麻婆豆腐 春雨サラダ じゃがバター味噌焼き スープ 果物	五目厚焼卵 ぶろふき大根 ブロッコリーとコーンのおかか 清まし汁 果物	鯖のカレー竜田揚げ キャベツと油揚げの炒め煮 かぶのそぼろ煮 みそ汁 果物	鶏肉のごま照り焼き 切干大根の煮物 小松菜のサラダ みそ汁 果物	ご飯はいりません すき焼きうどん 法蓮草のごま和え 南瓜のチーズ焼き 果物	クリスマス発表会
肉まん風蒸しパン 牛乳	ジョアブレーン パウムクーヘン	焼きそば 牛乳	きなこ・あんこもち 牛乳	チョコサンド 牛乳	
エネルギー 390Kcal たんぱく質 17.2g 脂 質 15.0g	エネルギー 403Kcal たんぱく質 19.4g 脂 質 12.6g	エネルギー 393Kcal たんぱく質 21.5g 脂 質 20.6g	エネルギー 390Kcal たんぱく質 22.5g 脂 質 14.3g	エネルギー 416Kcal たんぱく質 17.4g 脂 質 10.4g	
20日	21日 誕生会	22日	23日	24日 クッキング	25日
五目納豆 岩布の酢みそ和え 竹輪の磯辺焼き ひつまじ 果物	チキン南蛮 小松菜カレー醤油和え さつま芋のオレンジ煮 トマト みそ汁 果物	たらこの青のりパン粉焼き ほうれん草のミモザサラダ 南瓜のいとこ煮 せんべい汁 果物	ポテトコロッケ 豚バラ大根 白菜の塩昆布和え みそ汁 果物	ご飯はいりません オムライス タンドリーチキン ポテトサラダ 茹ブロッコリー スープ 果物	ご飯はいりません ピザトースト 岩布の鶏がらスープ 果物
スイートポテト 牛乳	ロールケーキ グリコ野菜&フルーツ	麩のラスク 牛乳	和風バリバリピザ ジョアブレーン	イチゴ生サンド 牛乳	プリン お菓子
エネルギー 449Kcal たんぱく質 22.0g 脂 質 17.4g	エネルギー 439Kcal たんぱく質 21.5g 脂 質 15.8g	エネルギー 346Kcal たんぱく質 19.7g 脂 質 14.0g	エネルギー 438Kcal たんぱく質 20.6g 脂 質 17.6g	エネルギー 551Kcal たんぱく質 26.3g 脂 質 21.8g	エネルギー 252Kcal たんぱく質 9.1g 脂 質 7.9g
27日	28日	29日	30日	31日	
ミルクカレー ベークドポテト ブロッコリーとツナの和え物 スープ 果物	お弁当 	休園日 	休園日 	大晦日 	「ごちそうさま」 の意味
黒ごまスティッククッキー 牛乳	飲み物 お菓子				
エネルギー 432Kcal たんぱく質 17.2g 脂 質 20.2g	エネルギー 78Kcal たんぱく質 0.4g 脂 質 1.2g				

給食室からお知らせ

★9日(木)は発表会総練習のため、うどんメニューになります。ご飯はいりません。

★24日(金)は、ばんだ組のクリスマスチャレンジクッキングです。デコレーションケーキを作ります。

★28日(火)給食室の大掃除のため、おやつのみ給食提供となります。果物付きのお弁当を持って来てください。また、年明け4日(火)もお弁当となりますので、ご協力よろしくお願いします。

麩のラスク

材料

- ・小切り麩…25g
- ・バター…35g
- ・グラニュー糖…20g

作り方

- ①ボウルに小切り麩を入れ、溶かしバターをからめる。
- ②天板にクッキングシートをひき、①を重ならないように広げる。
- ③200℃に温めたオーブンで5～6分焼く。

とっても簡単でおいしいです♪

野菜サラダの隠し味に

●雪での調理工夫●

マヨネーズである野菜サラダに「酢」と「醤油」を隠し味にいれ入れておき、子どもにとって「食べやすい」「おいしい」料理づくりに努めています。

「ごちそうさま」の意味

「ごちそう」の「ちそう」は漢字で「馳走」と書き、「馳け走る」といった意味を持っています。食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛り付けをする人など、たくさんの方がかわっています。そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言うのです。