



1月 園だより

令和4年1月4日（火）発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 菊池（直）

あけましておめでとうございます！

新年を迎え、令和4年になりました。
年末年始のお休み中は、ご家族揃って、ゆっくりと過ごすことができましたか？楽しい思い出ができたことでしょうか。

皆様のご健康とご多幸を心からお祈り申し上げます。今年もよろしくお願い致します。
先月のクリスマス発表会では、元気いっぱい発表した子どもたちに、温かい拍手を頂き、ありがとうございました。子どもたちの成長した姿を見ることができ、とても嬉しかったです。

早いもので、今年度も残り3ヶ月となります。保護者の皆様とお子様の日々の成長を共感し合いながら、卒園、進級の時期を迎えたいと思いますので、引き続き、よろしくお願い致します。

お知らせ

今月より、育児休暇を取っていた澤田 瞳保育士が仕事復帰し、菊池 直美主任保育士と共に、2歳児クラスの担任となります。また、2歳児クラスの副担任の佐々木 紀子臨時保育士は、0.1.2歳児クラスの担当となります。

今後とも、保育園へのご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

園長 八幡 雅子

★1月の行事予定★

- | | |
|---------------|----------------------------------|
| 1日（土）～3日（月） | 保育園休園 |
| 4日（火） | お弁当の日、安全点検 |
| 7日（金） | 八雲神社どんと焼き |
| 11日（火） | 身体測定 |
| 11日（火）～28日（金） | 個人面談 |
| 13日（木） | もうすぐ1年生撮影（5歳児） |
| 14日（金） | みずき団子作り（5歳児） |
| 17日（月） | 読み聞かせの会（4.5歳児） |
| 18日（火） | 誕生会 |
| 24日（月） | 歯ッピーチェック（3.4.5歳児） |
| 25日（火） | 通報避難訓練 |
| 27日（木） | 歯ッピーチェック（0.1.2歳児）
体育教室（4.5歳児） |



★子育て支援センター★

- | | |
|--------|------------------|
| 12日（水） | みんなのひろば（ママ講座：ヨガ） |
| 19日（水） | 合同サークル（作って遊ぼう） |



クラスだより



★新しいお友だち★

★おたんじょうびおめでとう★



★お知らせ★



☆今年度2回目となる歯ッピーチェックが、2日間行われます。釜石市健康推進課の歯科衛生士が来園し、全園児の歯の健康状態と口腔内のチェックをしてくれます。

☆11日（火）～28日（金）にかけて、個人面談が行われます。6月と同様に、新型コロナウイルス感染症防止対策として、短時間の面談とし、ホールでの三密を避けるため、各クラス日程を制限させていただきます。また、面談の際は、**保険証と母子手帳をご持参下さい**。短い時間ではありますが、家庭や園での様子を伝え合い、お子さんの成長に役立てていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

☆冬時期の登降園の時間帯は、道路が凍結していたり、日暮れも早く見通しが悪いため、大変危険です。怪我や事故の無いよう、保護者の方の十分な注意をお願いします。また、防犯・安全のため、車を離れる際は、必ずエンジンを停止し、鍵をかけるよう、ご協力をお願いします。

《ばんだ組》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。先月のクリスマス発表会では、友だちと一緒に自信を持ち、一人ひとりが楽しんで表現していましたね。たくさんの成長が見られ、とても立派でした。園生活も残り3ヶ月となりました。小学校に向けて生活しながら、健康で楽しい毎日 を過ごしていきましょうね。

《うさぎ組》先月のクリスマス発表会では、緊張したり照れてしまうお友だちもいましたが、いつもと異なる雰囲気の中で、どのお友だちも最後まで頑張ってくれました。また、衣装の準備のご協力もありがとうございました。うさぎ組での生活もあと3ヶ月となりました。体調に気を付けて、一日一日を大切に過ごしていきたいです。今年もよろしくお願い致します。

《りす組》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！先月はクリスマス発表会への参加、ご協力をありがとうございました。頑張る子ども達の姿を見ることができ、良かったです。今月は、お正月遊びなど、楽しみたいと思います！

《ひよこ2組》先月のクリスマス発表会では、楽しく参加することができ、子ども達の大きな成長が見られましたね。温かい拍手とたくさんのご協力をありがとうございました。今月は、個人面談がありますので、りす組進級に向けてお話ししたいと思います。よろしくお願い致します。

《ひよこ1組》あけましておめでとうございます。先月のクリスマス発表会では、たくさんの拍手をありがとうございました。大きな行事を経験し、子ども達もまた一つ、大きくなったと思います。今月は個人面談が行われます。お家でのお子様の様子など、お聞きしたいと思っています。よろしくお願い致します。

《ひよこ0組》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。楽しいお正月を過ごせましたでしょうか？先月行われた発表会では、かわいい衣装を着て、いろいろな役になり、ステージに立つことができました。今年も元気に怪我なく、楽しい園生活を送りましょうね。1月より新しいお友だちが1名加わり、ひよこ0組は13名となります。よろしくお願い致します！



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
あけましておめでとうございます					1日
年末年始の休み明け、久しぶりの登園を喜んでいる子ども達。寒さが厳しい季節ですが、規則正しい生活と栄養満点の食事を心がけ、身も心も元気いっぱいに新年のスタートをきりましょう。					元旦
3日	4日	5日	6日	7日	8日
休園日 	元氣ヨーグルト	牛乳	牛乳	元氣ヨーグルト	牛乳
	お弁当 	松風焼き りんご入り生酢 ブロッコリーのおかか和え 雑煮風 果物 御飯	磯香炒り卵 切干大根のカレーソテー トマト 味噌汁 果物 御飯	きつねうどん ツナポテトサラダ キャベツと竹輪の和え物 果物	卵とじタンメン 果物
	飲み物 お菓子	シリアブレイン きな粉ラスク	麦茶 キャラットケーキ	牛乳 豆乳クリームサンド	ヨーグルト お菓子
	エネルギー 180Kcal たんぱく質 3.9g 脂質 2.7g	エネルギー 557Kcal たんぱく質 27.1g 脂質 18.6g	エネルギー 380Kcal たんぱく質 17.4g 脂質 10.9g	エネルギー 375Kcal たんぱく質 16.9g 脂質 12.2g	エネルギー 372Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 10.5g
10日	11日	12日	13日	14日	15日
成人の日 	元氣ヨーグルト	牛乳	牛乳	元氣ヨーグルト	牛乳
	卵の千草焼 和風サラダ 小松菜のごま和え 味噌汁 果物 御飯	野菜焼肉 マカロニサラダ ベーコンポテト（青のり） 味噌汁 果物 御飯	ハンペンフライ ハ宝菜 ブロッコリー甘みそかけ 清汁 果物 御飯	みそラーメン ひじきとベーコンのソテー 高野豆腐のフライ 果物	ホットドッグ キャベツと卵とコーンのスープ 果物
	牛乳 黒糖蒸しパン	グレープゼリー キャンディチーズ ハッピーターン	フルーツのヨーグルト和え ウエハース	牛乳 ごま団子	ゼリー お菓子
	エネルギー 459Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 14.3g	エネルギー 464Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 15.4g	エネルギー 425Kcal たんぱく質 15.8g 脂質 9.6g	エネルギー 463Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 16.2g	エネルギー 258Kcal たんぱく質 7.6g 脂質 7.6g
17日	18日 誕生会	19日	20日	21日	22日
元氣ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	元氣ヨーグルト	牛乳
きすのオランダ揚げ ジャーマンポテト ほうれん草のカニカマ和え 豚汁 果物 御飯	根菜カレー ブロッコリー赤黄和え ささみのチーズフライ 卵スープ 果物 御飯	親子煮 キャベツとコーンと和え ニラのナムル みそ汁 果物 御飯	ボークビーンズ 五目きんぴら 南瓜の煮物 味噌汁 果物 御飯	和風スパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ 若布ソテー ささみと青梗菜のスープ 果物	十勝バタースティック きのこ鶏肉のコンソメスープ バナナ
麦茶 ツナマヨトースト	割りりんご果汁 フルーツサンド	麦茶 お好み焼き	麦茶 じゃが大学	牛乳 ココアクッキー	ヨーグルト お菓子
エネルギー 435Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 17.0g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 16.4g	エネルギー 415Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 14.0g	エネルギー 475Kcal たんぱく質 16.1g 脂質 12.1g	エネルギー 491Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 19.0g	エネルギー 320Kcal たんぱく質 11.4g 脂質 11.0g
24日	25日	26日	27日	28日	29日
牛乳	元氣ヨーグルト	牛乳	牛乳	元氣ヨーグルト	牛乳
ココット風目玉焼 春雨サラダ 粉吹芋甘辛和え 味噌汁 果物 御飯	豆腐入りのハンバーグ 南瓜のサラダ 法蓮草のナムル 味噌汁 果物 御飯	いり卵の中華風あんかけ ピーマンソテー 白菜としらす和え 味噌汁 果物 御飯	鮭のマヨネーズ焼き 中華サラダ ブロッコリーのカレー和え 味噌汁 果物 御飯	麻婆ラーメン マセドアンサラダ トマト 果物	食パン ウインナー入りポトフ 果物
シリアブレイン 一口バリバリピザ	牛乳 焼きたてパン	麦茶 焼きうどん	麦茶 フレンチトースト	牛乳 ジャムバターサンド	飲み物 お菓子
エネルギー 505Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 13.9g	エネルギー 496Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 16.7g	エネルギー 493Kcal たんぱく質 22.5g 脂質 16.0g	エネルギー 408Kcal たんぱく質 19.4g 脂質 14.0g	エネルギー 524Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.9g	エネルギー 465Kcal たんぱく質 12.9g 脂質 13.6g
31日	元氣ヨーグルト				
揚げ魚の三色あんかけ キャベツのおかか和え スパゲティサラダ 味噌汁 果物 御飯					
牛乳 芋入りお焼きパンケーキ風					
エネルギー 502Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 16.1g					

給食室からお知らせ

- ・14日(金)はばんだ組で、みずき団子を作ります。
- ・メニューは都合により変更となる場合があります。

もちを使わない いももちおしるこ

材料（1人分）

- ・じゃがいも…50g
- ・ゆであずき…50g
- ・片栗粉…小さじ1
- ・水…50g

作り方

- ①じゃがいもを皮をむいて、柔らかくなるまで茹で、水気を切ったら熱いうちにつぶします。
- ②①に片栗粉を加えてよく混ぜて、3等分に分けて丸め、平らにします。
- ③フライパンに油を熱して、中火で②の両面に焼き色がつくまで焼きます。
- ④小鍋にゆであずき水、塩を入れ、あずきの粒をつぶしながらひと煮立ちさせます。
- ⑤火を止めてから④に③を加えて軽く混ぜ、器にもります。



いろいろな願いが込められている おせち料理



おせち料理とは、もともと節日（季節の変わり目などにお祝を行う日）に神様に供える料理の事で、「御節供」が略されたものです。現在は、正月のみに出すようになりました。おせち料理には豊作や家族の健康など、いろいろな願いが込められています。どんなおせち料理があるのでしょうか？

黒豆

その年の邪気をはらって、まめに暮らせすように。



たたきごぼう

豊年（作物が多く収穫できる年のこと）と息災（健康と無事なこと）を願って。



数の子

にしんはたくさんの卵を抱えることから、子孫繁栄や子宝に恵まれますように。



田づくり

昔はかたくちいわしを作物の肥料に使っていたことから、五穀豊穡を願って。



栗きんとん

きんとんは「金団」と書き、金運を呼び起る物として。



その他

昆布巻き（「よろこんぶ」の言葉にかけた縁起物）、えび（長寿を願って）などがあります。



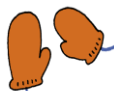


の献立表



りす組・うさぎ組・ぱんだ組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
あけましておめでとうございます					1日 元旦
年末年始の休み明け、久しぶりの登園を喜んでいる子ども達。寒さが厳しい季節ですが、規則正しい生活と栄養満点の食事を心がけ、身も心も元気いっぱい新年のスタートをきりましょう。					
3日	4日	5日	6日	7日	8日
休園日	お弁当	松風焼き りんご入り生酢 ブロッコリーのおかか和え 雑煮風 果物	磯香炒り卵 切干大根のカレーソテー トマト 味噌汁 果物	ご飯はいらぬです きつねうどん ツナポテトサラダ キャベツと竹輪の和え物 果物	ご飯はいらぬです 卵とレタスメン 果物
飲み物 お菓子		ジョアブレーン きな粉ラスク	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 豆乳クリームサンド	ソフール お菓子
エネルギー 212Kcal たんぱく質 2.5g 脂質 4.5g	エネルギー 461Kcal たんぱく質 26.1g 脂質 19.3g	エネルギー 364Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 14.3g	エネルギー 491Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 17.3g	エネルギー 392Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 8.4g	
10日	11日	12日	13日	14日	15日
成人の日				ご飯はいらぬです	ご飯はいらぬです
	卵の干草焼 和風サラダ 小松菜のごま和え 味噌汁 果物	野菜焼肉 マカロニサラダ ベーコンポテト（青のり） キャベツと人参の味噌汁 果物	ハンペンフライ 八宝菜 ブロッコリー甘みそかけ 白玉茹の清し汁 果物	みそラーメン ひじきとベーコンのソテー 高野豆腐のフライ 果物	ホットドッグ キャベツと卵とコーンのスープ 果物
牛乳 黒糖蒸しパン		グレープゼリー キャンディチーズ ハッピーターン	フルーツのヨーグルト和え ウエハース	牛乳 ごま団子	ゼリー お菓子
エネルギー 386Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 17.4g	エネルギー 392Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 15.7g	エネルギー 339Kcal たんぱく質 14.5g 脂質 8.1g	エネルギー 543Kcal たんぱく質 25.2g 脂質 20.0g	エネルギー 267Kcal たんぱく質 6.3g 脂質 5.5g	
17日	18日	19日	20日	21日	22日
きすのオランダ揚げ ジャーマンポテト ほうれん草のカニカマ和え 豚汁 果物	根菜カレー ブロッコリー赤黄和え ささみのチーズフライ 卵スープ 果物	親子煮 キャベツとコーンと和え エラのナムル みそ汁 果物	ボークビーンズ 五目きんぴら 南瓜の煮物 味噌汁 果物	ご飯はいらぬです 和風スパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ 若布ソテー ささみと青梗菜のスープ 果物	ご飯はいらぬです 十勝バタースティック きのこ鶏肉のコンソメスープ 果物
牛乳 ツナマヨトースト	ケリーんご果汁 フルーツサンド	牛乳 お好み焼き	牛乳 じゃが大学	牛乳 ココアクッキー	ヨーグルト お菓子
エネルギー 453Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 25.0g	エネルギー 504Kcal たんぱく質 23.6g 脂質 17.7g	エネルギー 369Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 16.9g	エネルギー 440Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 15.5g	エネルギー 576Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 24.9g	エネルギー 426Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 12.9g
24日	25日	26日	27日	28日	29日
コロッケ風目玉焼 春雨サラダ 粉吹芋甘辛和え 味噌汁 果物	豆腐入りハンバーグ 南瓜のサラダ 法蓮草のナムル 味噌汁 果物	いり卵の中華風あんかけ ピーマンソテー 白菜としらす和え 味噌汁 果物	鮭のマヨネーズ焼き 中華サラダ ブロッコリーのカレー和え 味噌汁 果物	ご飯はいらぬです 麻婆ラーメン マセドアンサラダ トマト 果物	ご飯はいらぬです 食パン ウインナー入りポトフ 果物
ジョアブレーン ーロバリバリピザ	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 焼きうどん	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ジャムバターサンド	飲み物 お菓子
エネルギー 441Kcal たんぱく質 23.6g 脂質 15.6g	エネルギー 444Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 21.2g	エネルギー 485Kcal たんぱく質 26.7g 脂質 20.8g	エネルギー 412Kcal たんぱく質 25.1g 脂質 18.9g	エネルギー 601Kcal たんぱく質 23.5g 脂質 21.3g	エネルギー 487Kcal たんぱく質 12.8g 脂質 12.5g
31日					
揚げ魚の三色あんかけ キャベツのおかか和え スパゲティサラダ 味噌汁 果物					
牛乳 芋入りお焼き パンケーキ風					
エネルギー 440Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 19.6g					



給食室からお知らせ

- ・14日(金)はぱんだ組で、みずき団子を作ります。
- ・メニューは都合により変更となる場合があります。

もちを使わない

いもちおしるこ

材料（1人分）

- ・じゃがいも…50g
- ・片栗粉…小さじ1
- ・油…小さじ1
- ・ゆであずき…50g
- ・水…50g
- ・塩…少々

作り方

- ①じゃがいもの皮をむいて、柔らかくなるまで茹で、水気を切ったら熱いうちにつぶします。
- ②①に片栗粉を加えてよく混ぜて、3等分に分けて丸め、平らにします。
- ③フライパンに油を熱して、中火で②の両面に焼き色がつくまで焼きます。
- ④小鍋にゆであずき水、塩を入れ、あずきの粒をつぶしながらひと煮立ちさせます。
- ⑤火を止めてから④に③を加えて軽く混ぜ、器にもります。



いろいろな願いが込められている

おせち料理

おせち料理とは、もともと節日（季節の変わり目などにお祝を行う日）に神様に供える料理の事で、「御節供」が略されたものです。現在は、正月のみに出すようになりました。おせち料理には豊作や家族の健康など、いろいろな願いが込められています。どんなおせち料理があるのでしょうか？

黒豆

その年の邪気をはらって、まめに暮らせませうように。



田づくり

昔はかたくちいわしを作物の肥料に使っていたことから、五穀豊穡を願って。



たたきごぼう

豊年（作物が多く収穫できる年のこと）と息災（健康と無事なこと）を願って。



栗きんとん

きんとんは「金団」と書き、金運を呼び縁起物として。



数の子

にしんはたくさんの卵を抱えることから、子孫繁栄や子宝に恵まれますように。



その他

昆布巻き（「よろこぶ」の言葉にかけた縁起物）、えび（長寿を願って）などがあります。

