



令和8年2月2日発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 小林

先日はお忙しい中、個人面談にお越しいただきありがとうございました。年度末に近づき、進級や就学を意識されると思いますが、まずは子どもたちが安心して過ごせるように、そして楽しい園生活になるように職員一同努めてまいります。今後ともよろしくお願いたします。

さて、冬の寒さが厳しくなり、もうすぐ節分の時期となりました。今年の恵方は「南南東」です。節分は季節の変わり目を意味しており、冬から春へ季節が変わるときに鬼（体調不良、困った気持ち）が来やすいことから、豆まきをして鬼を追い払うと言われています。今年はどうな鬼を追い払うか、家族で話し合ってみるのもいいかもしれませんね◎

先月は体調不良でお休みも多かった1か月。よく食べ、よく遊び、よく寝て元気に過ごしていきましょう！



【園行事】

- 3日（火）豆まき会
- 4日（水）修了記念写真撮影（10時～）
- 5日（木）保護者役員会（18時～）
- 10日（火）食育の日
- 11日（水）建国記念の日/祝日
- 13日（金）ストリンググラフィコンサート（ぱんだ組）
クッキング（ぱんだ組）
- 16日（月）読み聞かせの会
- 18日（水）甲子小1日入学
- 20日（金）誕生会
- 23日（月）天皇誕生日/祝日
- 27日（金）お別れ会

【センター行事】

- 6日（金）にこにこ交流ひろば
- 12日（木）からだをうごかさう
- 18日（水）ハンドメイド
- 25日（水）ハンドメイド



おねがい

年度末のため2月の集金は2か月分（2月・3月分）となりますので、お間違いのないようお願いいたします。また、締め切りまでにお持ちくださいますようご協力をお願いいたします。

★ おめでとう ★

全国児童画コンクールにて2名のお友達が受賞しました✦
マルイチ社長賞



あたらしいおともだち

ひよこ0組さんのおともだちです。
みんなで仲良く遊ぼうね♪

クラスコメント

ひよこ0組

最近、小さいお友達の顔をのぞきこんだり、頭をなでなでしてあげたりと可愛らしい姿を見せてくれるひよこ0組さん。今月はまた新しいお友達が増え、9名になります✦ますますにぎやかになりそうです♪よろしくお願いたします！

ひよこ1組

ひよこ2組さんへ向けて、ズボンや靴の着脱、トイレでの排泄、おしぼりやエプロンの片づけなど、身の回りのことを自分で頑張ろうとする姿が見られてきました。自信をもってできるように、一緒に頑張っていきたいと思ひます。今月も体調に気を付けながら元気に過ごしていきたいと思います。

ひよこ2組

体調不良のお友達が少なく、広～いお部屋に少ない人数で過ごした1月…。お友達が大好きなひよこ2組さんは「今日は〇〇くん・〇〇ちゃん来るかな？」と保育者に確認しています♡午後になると「今日一緒に帰ろう！」なんて声をかける姿も見られますよ(#^^#)今月も仲良くみんなで外遊びをしたり氷を使った遊びや運動遊びなどもしていきたいと思います。

いす組

1月は寒い日が続き、氷作りや氷探しをし、冬の自然に触れていきました。「わーきれい！」「ネックレスできたー♡」と、氷のネックレスにニコリなおしゃれさんたちでした♡今月はぱんだ組のお別れ会に向け、うさぎ組さんと協力して準備など頑張っていきたいと思ひます。

うさぎ・ぱんだ組

先月はどんとやきに参加したり、地域の方を誘って一緒にみずき団子作りを楽しむことができました。友達と相談したり、調べたりして伝統行事に触れることができました。今月は冬の自然を楽しめるような活動を取り入れていきたいと思います。また、行事についても調べたり考えたりしながら取り組んでいきたいと思います。

先月行われた公開保育では市内の保育園・小学校の先生方が来園し、4・5歳児のみずき団子つくりの様子をご覧になりました。

子どもたちと地域の方々との交流の様子や、子どもたち自身が主体的に活動に取り組む姿に感心を寄せていました。今後も子どもたちの気づきや感じたことを大切に保育をしていきたいと思います。



2月 献立表



R7年度

中妻子供の家保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3 豆まき会	4	5	6	7
未満児 おやつ	りんご果汁	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	りんご果汁
給食	卵グラタン 法蓮草のナムル 粉吹き芋の甘辛和え みそ汁 果物	鬼っ子ごはん 大豆の甘辛揚げ スティック胡瓜 スープ・果物 ご飯はいりません	鯖のアップルソース煮 切干大根の酢の物 ブロッコリーごまマヨ和え みそ汁 果物	ハンバーグ 春雨とパプリカのソテー キャベツとツナのサラダ みそ汁 果物	和風スープパグティ 鶏肉のマヨネーズ焼き 磯香浸し 果物 ご飯はいりません	りんご果汁 ランチバック スティックチーズ 牛乳 果物 ご飯はいりません
おやつ	ホットドック 牛乳	鬼子チョコボーロ 麦茶	スイートポテト 牛乳	野菜クラッカー 牛乳	ピザポテト 牛乳	飲み物 お菓子
エネルギー	以 444 kcal 末 495 kcal	以 555 kcal 末 445 kcal	以 449 kcal 末 471 kcal	以 443 kcal 末 489 kcal	以 532 kcal 末 407 kcal	以 422 kcal 末 451 kcal
たんぱく質	21.4 g 18.1 g	19.7 g 17.5 g	24.7 g 21.1 g	21.0 g 21.1 g	26.6 g 21.1 g	16.5 g 16.1 g
脂質	21.8 g 16.1 g	21.7 g 17.4 g	20.1 g 14.4 g	23.1 g 18.5 g	27.0 g 20.2 g	9.7 g 9.6 g
食塩相当量	2.5 g 1.8 g	2.3 g 1.8 g	2 g 1.4 g	1.8 g 1.4 g	3.5 g 2.5 g	1.3 g 1.3 g
日付	9	10	11	12	13 ばんだ組クッキング	14
未満児 おやつ	牛乳	牛乳	建国記念の日	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト
給食	肉豆腐 さつま芋の天ぷら 胡瓜のごま和え みそ汁 果物	鱈フライのタルタルソースかけ すき昆布の煮物 キャベツのおかか和え みそ汁 果物		ほうれん草のキッシュ 糸コンとごぼうの味噌煮 ブロッコリーのさっぱり和え すまし汁 果物	味噌ラーメン プロテインサラダ トマト 果物 ご飯はいりません	十勝バタースティック 白菜とツナの豆乳味噌スープ フィッシュソーセージ バナナ ご飯はいりません
おやつ	麩のラスク 牛乳	マシュマロフレックスナック 牛乳	基準値	おからケーキ 牛乳	くるくるパイ ショア	飲み物 お菓子
エネルギー	以 401 kcal 末 436 kcal	以 419 kcal 末 448 kcal	以 430 kcal 末 480 kcal	以 384 kcal 末 425 kcal	以 549 kcal 末 454 kcal	以 kcal 末 373 kcal
たんぱく質	21.2 g 19.4 g	20.6 g 19.0 g	23.0 g 20.0 g	23.7 g 20.4 g	28.9 g 25.7 g	g 12.3 g
脂質	17.6 g 13.9 g	17.5 g 13.8 g	15.0 g 14.0 g	16.4 g 11.8 g	17.8 g 14.2 g	g 11.8 g
食塩相当量	2 g 1.4 g	2.1 g 1.8 g	1.6 g 1.4 g	2.2 g 1.6 g	2 g 1.6 g	g 1.1 g
日付	16	17	18	19	20	21
未満児 おやつ	牛乳	牛乳	りんご果汁	ヨーグルト	牛乳	りんご果汁
給食	タンドリーチキン マカロニソテー 胡瓜の塩昆布和え みそ汁 果物	豆腐とツナの落とし揚げ ポテトサラダ 若布とコーンのソテー せんべい汁 果物	鮭の味噌マヨ焼き 筑前煮 フレンチサラダ すまし汁 果物	ハムエッグ 人参しりしり にらともやしのお浸し みそ汁 果物	バターロール・ シチュー 南瓜のチーズ焼き コールスローサラダ 果物 ご飯はいりません	ツナサンド スティックチーズ 牛乳 果物 ご飯はいりません
おやつ	がんづき 牛乳	フレンチトースト 牛乳	オレオチーズケーキ 牛乳	チュロス 牛乳	ココアバナナケーキ りんご果汁	飲み物 お菓子
エネルギー	以 386 kcal 末 425 kcal	以 475 kcal 末 487 kcal	以 437 kcal 末 489 kcal	以 399 kcal 末 436 kcal	以 670 kcal 末 494 kcal	以 432 kcal 末 450 kcal
たんぱく質	28.2 g 24.3 g	22.2 g 20.1 g	22.4 g 18.8 g	20.6 g 18.2 g	22.0 g 17.5 g	21.0 g 20.5 g
脂質	11.5 g 9.6 g	21.5 g 16.6 g	23.9 g 17.6 g	19.0 g 13.6 g	26.6 g 19.3 g	14.1 g 13.5 g
食塩相当量	1.9 g 1.4 g	2.1 g 1.6 g	1.6 g 1.2 g	1.9 g 1.4 g	2.5 g 1.7 g	1.4 g 1.4 g
日付	23	24	25	26	27 お別れ会	28
未満児 おやつ	天皇誕生日	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	りんご果汁
給食		鯖の味噌煮 マカロニサラダ ブロッコリーの胡麻和え すまし汁 果物	サルサ丼 ひじきの炒め煮 もやしの胡麻酢和え スープ 果物	五目納豆 ベークドカレーポテト 春雨サラダ みそ汁 果物	エビフライ・鶏のから揚げ フライドポテト・焼きそば ピザトースト・スープ ブロッコリーカレー和え・果物 ご飯はいりません	ロールパン ポトフ スティックチーズ 果物 ご飯はいりません
おやつ		南瓜のドーナツ 牛乳	焼きおにぎり 牛乳	ウィンナーパイ 牛乳	プリン せんべい	飲み物 お菓子
エネルギー		以 432 kcal 末 457 kcal	以 455 kcal 末 501 kcal	以 408 kcal 末 470 kcal	以 831 kcal 末 643 kcal	以 462 kcal 末 369 kcal
たんぱく質		22.9 g 20.6 g	20.5 g 20.0 g	17.6 g 18.8 g	26.6 g 29.9 g	17.6 g 13.8 g
脂質		18.1 g 14.3 g	13.8 g 10.9 g	24.0 g 19.6 g	31.6 g 24.8 g	14.5 g 11.2 g
食塩相当量		2 g 1.5 g	2.5 g 1.9 g	2.2 g 1.7 g	4.4 g 3.2 g	1.9 g 1.3 g



鬼は外！寒さに負けず元気に過ごしましょう

2月の行事といえば「節分」です。節分は立春の前日で季節が分かれる日を意味します。暦のうえではもう春ですが、まだまだ寒い日は続きます。風邪などをひかないように、バランスのよい食事と十分な睡眠を心がけましょう。



給食室からお知らせ

- 2月からばんだ組は盛り付けが始まる予定です。清潔なエプロン、三角巾、マスクを忘れないで持ってくるようにしましょう。爪が伸びていないかを確認し、体調面で心配な時がある場合は、必ず報告をお願いします。
- 27日はお別れ会です。年に一度のバイキング給食なので、ばんだ組のお友だちと思い出に残る給食を楽しんでほしいと思っています。

手洗いを習慣に

食前の手洗いは、ウイルスや菌を防ぐだけでなく、幼い子にとっては「これから食べるよ」という合図にもなる大切な行動。正しい手洗いを習慣にしましょう。

手のひら → 手の甲 → 指の間 → 指先・つめ → 手首 → 洗い流す

お肌の乾燥予防のためにも、水分はしっかり拭き取って。

☆ばんだ組リクエストメニュー☆

給食	おやつ
カレーうどん	クッキー
シチュー	ココアバナナケーキ
味噌ラーメン	ホットドック
竹輪フライの マヨソースかけ	マシュマロフレックスナック
ドライカレー	ポテトチップス
ハンバーグ	マシュマロサンド
五目納豆	フレンチトースト
サルサ丼	ウィンナーパイ
根菜カレー	ブリッツ

卒園まであと2ヶ月、...ばんだ組のお友だちが食べたいメニューが2月3月に入っています。人気のメニューがマシュマロを使ったおやつが大人気でした。献立表を見て確認してみてください♪

※献立表に記載されている「以」は、ばんだ・うさぎ・りす組。「末」は、ひよこ2・ひよこ1・ひよこ0組を示しています。