



1月 園だより

R4. 1. 5 鶺住居保育園 担当 菊池



- ・メールアドレスを変更された方は、必ず、園携帯へ新しいアドレスを送信しお知らせください。
- ・17日～27日まで子育てトークがあります。園や家庭でのお子さんの様子を伝え合い、今後のお子さんの成長に役立てていけたらと思いますのでよろしくお願いいたします。
- ・気温が低くなり積雪の際には駐車場の路面の凍結が予想されます。登降園の際は転倒など十分注意し、お子さんと手を繋いで一緒に移動しましょう

あけましておめでとうございます

昨年中は、保護者の皆様のご協力・ご理解を頂き誠にありがとうございました。今年も職員一同子ども達と楽しく元気に充実した園生活を送りたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

鶺住居保育園 職員一同

クリスマス発表会では、感染症対策にご理解いただき無事開催することが出来ました。どの様な状況下であっても、変わりなく成長を続ける子ども達の愛らしい姿に感動した1日でしたね。

さて、これからの季節はインフルエンザや感染症予防のためにもしっかりと「手洗い・うがい」を行い、元気に冬を過ごせるように、ご家庭でも感染症予防にご協力をお願いします。

☆1月の行事予定☆

- 4日(水) お弁当の日
- 6日(木) 移動図書館しおかぜ号
- 12日(水) 花王手洗いうエブ教室
五葉寮みずき団子作り
(5歳児参加)
- 13日(木) もうすぐ1年生撮影
- 17日(月)～27日(木) 子育てトーク
- 19日(水) 体育教室
- 20日(木) 防災教室
- 26日(水) 避難訓練
- 28日(金) 誕生会

☆センター行事予定☆

- 21日(金) 親子サークルめだかぐみ
- 27日(木) すまいるひろば

令和3年度幼児福祉絵画コンクールにおいて受賞したお友だちを紹介します。

銅賞

おめでとうございます！！



おたんじょうび おめでとう！！



すみれぐみ

こすもすぐみ

ひまわりぐみ

さくらぐみ



♪クラスだより♪

◎たんぽぽぐみ・・・先月のクリスマス発表会は、みんな、泣かずに頑張りましたね。たくさんの拍手ありがとうございました。今月も体調に気を付けながら、冬ならではの遊びを楽しみたいと思います。

◎すみれぐみ・・・先月のクリスマス発表会では、かわいい子どもたちの姿にたくさんの拍手、また、衣装のご協力等ありがとうございました。今月は、体調に気をつけながら、冬の遊びを元気に楽しみたいと思います。

◎こすもすぐみ・・・クリスマス発表会では、お忙しい中、ご参加ありがとうございました。子どもたちもみんな緊張したり、時に、ハプニングもありながらも楽しく表現する事が出来ました。こすもすぐみでの生活も、残り少なくなってきましたが、元気に楽しく過ごしていきたいと思います。

◎すずらんぐみ・・・クリスマス発表会では、みんなそろって劇遊びやダンスを発表する事が出来ました。子どもたちの成長した姿を見てもらう事が出来て、とても嬉しく思います。衣装等のご協力ありがとうございました。今月は、冬の遊びも楽しみながら、寒い時期も元氣よく過ごしていきたいと思います。

◎ひまわりぐみ・・・先月の発表会を元氣いっぱい楽しむ一人一人の子どもたちの姿に成長を感じました。どの子も素晴らしかったです。今月は、お正月遊びや雪遊びをたくさん楽しみたいと思います。

◎さくらぐみ・・・子どもたちの元氣な声や挨拶と共に新しい年がスタートしました。今年度も残り3か月、一日一日を大切に子どもたちと元氣に過ごしていきたいと思います。

休み明けの過ごし方

お正月は楽しく過ごせましたか？少しずつ普段の生活リズムに戻せるよう、睡眠を十分とるなど、体調を整えていけると良いですね。園でもゆっくりと過ごせるよう配慮していきたいです。



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
給食	保育園はお休みです	お弁当の日 手作りお弁当の用意をお願いします。	松風焼き りんご入りなます 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 すまし汁・果物	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 ご飯はいりません	コロックパン 牛乳 ミニトマト 果物
おやつ	基準値	ぶどうジュース チョイス・ぱりんこ	ショア きなこラスク	キャロットケーキ 牛乳	七草おにぎり 牛乳	ヨーグルト ウエハース
エネルギー	<以上児> <未満児> 430Kcal 470Kcal	<以上児> <未満児> 169Kcal 175Kcal	<以上児> <未満児> 459Kcal 548Kcal	<以上児> <未満児> 433Kcal 439Kcal	<以上児> <未満児> 499Kcal 403Kcal	<以上児> <未満児> 375Kcal 355Kcal
たんぱく質	22.4g 19.0g	1.9g 3.6g	26.5g 26.7g	22.5g 20.0g	21.0g 18.1g	14.6g 12.2g
脂質	16.6g 12.8g	3.4g 2.2g	19.4g 18.6g	20.7g 13.5g	16.6g 11.8g	9.9g 8.7g
食塩相当量	1.7g 1.5g	0.1g 0.1g	2.1g 1.9g	1.8g 1.4g	2.9g 2.1g	1.1g 0.9g
日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
給食	成人の日	卵の干草焼 和風サラダ 小松菜のごま和え みそ汁・果物	野菜焼肉 マカロニサラダ ベーコンポテト みそ汁・果物	ハンペンフライ 八宝菜 ブロッコリー甘みそかけ すまし汁・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 ご飯はいりません	卵サンド ブロッコリーサラダ 牛乳 果物
おやつ		黒糖蒸しパン 牛乳	ツナマヨトースト 以：牛乳 未：麦茶	フルーツのヨーグルト和え ウエハース	ごま団子 牛乳	ショア おせんべい
エネルギー	<以上児> <未満児> 384Kcal 457Kcal	<以上児> <未満児> 392Kcal 409Kcal	<以上児> <未満児> 327Kcal 427Kcal	<以上児> <未満児> 553Kcal 470Kcal	<以上児> <未満児> 404Kcal 364Kcal	
たんぱく質	19.8g 19.1g	19.4g 16.5g	17.3g 17.9g	25.5g 21.7g	17.5g 14.5g	
脂質	17.3g 14.2g	18.4g 13.8g	8.9g 10.8g	20.8g 16.7g	13.7g 10.8g	
食塩相当量	2.0g 1.5g	1.8g 1.3g	3.2g 2.3g	2.7g 2.0g	1.6g 1.2g	
日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
給食	たららのオランダ揚げ ジャーマンポテト 法蓮草の和え物 豚汁・果物	五目厚焼卵 マゼドアンサラダ ミニトマト みそ汁・果物	親子煮 キャベツとコーン和え ニラのナムル みそ汁・果物	ポークビーンズ 五目きんぴら 南瓜の煮物 みそ汁・果物	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 すまし汁・果物 ご飯はいりません	えびかつパン 牛乳 チーズ 果物
おやつ	グレープゼリー ハッピーターン	お好み焼き 牛乳	ココアクッキー 以：牛乳 未：麦茶	じゃが大学 牛乳	ジャムサンド 牛乳	マスカットゼリー クラッカー
エネルギー	<以上児> <未満児> 350Kcal 460Kcal	<以上児> <未満児> 408Kcal 428Kcal	<以上児> <未満児> 383Kcal 419Kcal	<以上児> <未満児> 432Kcal 453Kcal	<以上児> <未満児> 471Kcal 407Kcal	<以上児> <未満児> 440Kcal 394Kcal
たんぱく質	14.5g 15.6g	20.1g 17.8g	19.0g 16.7g	20.3g 18.5g	23.7g 20.2g	16.6g 12.7g
脂質	14.4g 14.6g	21.1g 13.6g	18.2g 14.8g	18.4g 12.0g	17.8g 14.1g	14.2g 11.2g
食塩相当量	1.9g 1.5g	1.8g 1.4g	1.9g 1.3g	1.9g 1.5g	3.1g 2.3g	1.7g 1.3g
日付	24日	25日	26日	27日	28日 誕生会	29日
給食	ココット風目玉焼 春雨サラダ 粉吹芽甘辛和え みそ汁・果物	豆腐入りハンバーグ 南瓜のサラダ 法蓮草のナムル みそ汁・果物	いり卵の中華風あんかけ ピーマンソテー 白菜ののり和え みそ汁・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 みそ汁・果物	根菜カレーライス ささみのチーズフライ ブロッコリー赤黄和え 卵スープ・果物 ご飯はいりません	ホットドッグ ミニトマト 牛乳 果物
おやつ	一口パリパリピザ ショア	ココア蒸しパン 牛乳	焼きうどん 以：牛乳 未：麦茶	フレンチトースト 以：牛乳 未：麦茶	フルーツサンド リンゴジュース	野菜ジュース クッキー
エネルギー	<以上児> <未満児> 389Kcal 449Kcal	<以上児> <未満児> 442Kcal 494Kcal	<以上児> <未満児> 473Kcal 484Kcal	<以上児> <未満児> 408Kcal 405Kcal	<以上児> <未満児> 676Kcal 552Kcal	<以上児> <未満児> 323Kcal 289Kcal
たんぱく質	21.9g 20.5g	18.7g 18.5g	24.7g 21.2g	24.9g 19.3g	26.8g 22.1g	9.4g 7.6g
脂質	14.5g 12.8g	21.1g 16.6g	20.2g 15.5g	18.8g 14.0g	18.1g 16.4g	12.5g 9.1g
食塩相当量	2.4g 1.8g	1.8g 1.3g	3.6g 2.5g	2.1g 1.4g	2.5g 1.8g	0.8g 0.6g
日付	31日	<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> ・28日(金)はお誕生会です。 ・7日(金)・14日(金)・21日(金)も完全給食になりますので、以上児さんにご飯はいりません。 ・4日(火)は手作りお弁当の日になりますので、ご協力をお願いします。 </div>				
給食	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 みそ汁・果物					
おやつ	芋入りお焼き 牛乳					
エネルギー	<以上児> <未満児> 417Kcal 472Kcal					
たんぱく質	18.7g 18.5g					
脂質	17.8g 14.0g					
食塩相当量	2.1g 1.5g					

1月11日は、鏡開きです。神様にお供えた食べものには力が備わると考えられ、固くなった鏡餅を割って食べることで、無病息災を願います。ただし「割る」という表現は縁起が悪いので、末広がりを意味する「開く」という言葉をつかい、刃物で切ることは切腹を連想させるため木槌を使うようになったとされています。

お正月といえばおせち料理！

おせち料理は重ねた重箱に詰めるのが一般的ですが、「幸せを重ねる」という意味もあります。

数の子=子孫繁栄、田作り=五穀豊穣、えび=長寿、黒豆=マメによく働く、昆布=喜ぶ、紅白なます=平和や平安など、中の料理にも様々な願いが込められています。



胃腸にやさしい七草がゆ

1月7日には、「セリ・ナスナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ(かぶ)・スズシロ(大根)」の春の七草を使った七草がゆを食べ、無病息災を願う習慣があります。保育園ではおやつで七草おにぎりを食べ、1年の無病息災を願います☆

