



R5. 12. 1 鶺住居保育園発行 担当 越田 未佐

日に日に気温が下がり、朝夕の冷え込みが一段と厳しくなり冬らしくなってきました。子ども達は、クリスマス発表会に向けて劇やダンスなど練習を頑張っています。大きな声で歌ったり、セリフのやり取りや小道具づくり等々お友だちや保育者と関わりながら楽しく進めています。そんな姿が微笑ましく、成長を感じます。保護者の皆様には、様々なご協力を頂きありがとうございます。
今年も残すところあと1ヶ月です。年末年始も楽しく迎えられるよう、体調には気を付けながら元気に過ごしていきましょう。

クリスマス発表会

日時：12月16日(土)

場所：鶺住居保育園 ホール

※詳細はお便りをご覧ください。



お知らせ

☆12月29日(金)から、1月3日(水)まで、年末年始のため保育園は休園となります。お休みに入る前に、寝具類、靴、お着替え等持ち帰りますので、お休みの予定を担任までお知らせ下さい。

☆1月15日(月)～1月25日(木)子育てトークがあります。後日、日程表を掲示しますので都合の良い時間にお子さんの名前を記入して下さい。ご家庭と園との様子を伝え合いながら、お子さんの成長や今後の保育に活かしていきたいと思ひます。全園児対象です。宜しくお願いします。

☆職場や連絡先が変更になった際は、必ずお知らせ下さい。

◆保育園行事◆

- 1日(金)安全点検
- 6日(水)クリスマス発表会総練習
- 7日(木)しおかぜ号
- 16日(土)クリスマス発表会
- 22日(金)誕生会
- 26日(火)もちつき会
- 27日(水)避難訓練
- 28日(木)お弁当の日
- 29日(金)、30(土)年末休園

※1月2日(火)、3(水)年始休園
4日(木)お弁当の日

◆センター行事◆

- 1日(金) すまいるひろば
ママ講座
- 21日(木) クリスマス会
合同サークル



たんぽぽぐみ

たんぽぽ組の子ども達もいろいろな経験をし、一人一人が成長したことを改めて感じる日々です。お家の方からも「～ができるようになりました」とお知らせがあったり、子ども達の成長を喜び合うことができ嬉しく思います。一步一步大きくなっている子ども達の、そんな姿を発表会でもお見せできたらと思います。
体調に気を付けながら元気に過ごしましょう。

すみれぐみ

あっという間に時が過ぎ、今年も残すところ、あとひと月となりました。先月は、保育参観へのご参加ありがとうございました。親子での製作を楽しんでいる姿だけでなく、普段の様子を見てもらうことができ嬉しく思います。
今月はクリスマス発表会に向けての活動に取り組み、友だちと一緒に体を動かすことを楽しんでいます。クラス全員で参加できるよう、体調の変化に気を付け、早めの受診をお願いします。

こすもすぐみ

先月はお忙しい中保育参観にご参加いただき、ありがとうございます。親子で運動遊びを楽しんでいただきました。子ども達の笑顔が印象的でしたね。今月は、クリスマス発表会がありますので、楽しく元気に参加できたらいいですね。
あたたかく見守っていただけたらと思います。



すずらんぐみ

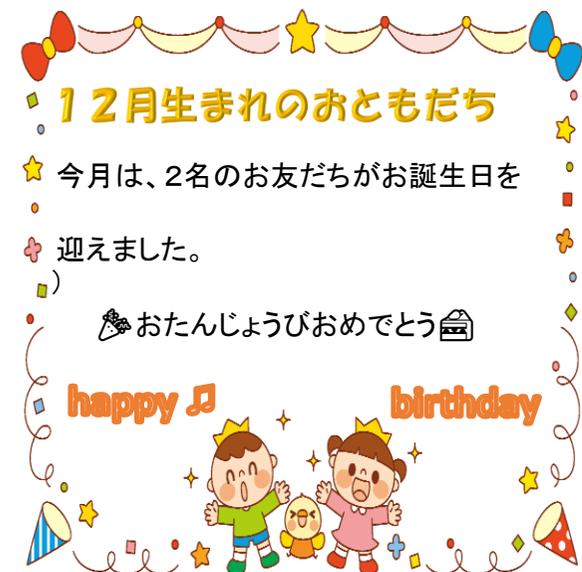
先月はさつま芋堀りや、落ち葉製作など、秋の味覚や自然に触れることができました。戸外遊びでは、友だち同士で話し合いながら遊ぶ様子が見られるようになっています。
また、今月の発表会に向けて、進んで練習を頑張っていますよ。本番では、温かい拍手をよろしくお願いします。

ひまわりぐみ

先月は発表会に向けて、ダンスや劇遊びを伸び伸びと楽しみました。
今月の発表会ではみんなで元気いっぱいダンスや劇を表現したいと思います。

さくらぐみ

先月は、りんご狩りなどを楽しむことができました。お弁当の用意ありがとうございました。
今月はよいよクリスマス発表会です。保護者の方に成長した姿を見せるため、子ども達と一緒に取り組んでいます。本番に向けて、体調に気を付けながら過ごしていきましょう！



12月生まれのおともだち

☆ 今月は、2名のお友だちがお誕生日を迎えました。

🎁 おたんじょうびおめでとう🎁

happy birthday

～駐車場・お迎え時の安全について～

夕方は暗くなるのがはやくなり、視界も悪くなります。先月、迎え後に玄関付近で遊び怪我をしたお友だちがいました。

玄関から車までは手をつないだり、お子様から目を離さないようにし、お互いに安全には気を付けましょう。込み合う時間帯は特に注意をおねがいします。

チャイルドシートも正しく装着しましょう。

曜日	月	火	水	木	金	土	
日付						1日	2日
給食	<p style="color: red; font-weight: bold;">家族で食事を楽しむ機会をつくりましょう</p> <p>12月～1月は、クリスマスやお正月などで家族や親しい人と共に食事ができる良い機会です。大勢で食べる喜びや安心感は、料理を一層おいしく感じることもつながります。</p> <p>また、行事食を通して、食への興味が深まる効果も期待できます。ぜひ、楽しい食事の時間を設けてあげてください。</p>					野菜タンメン 鶏肉のごま照り焼き 法蓮草とコーンの和え物 果物 ご飯はいりません	ホットドッグ 茹で枝豆 牛乳 果物
おやつ				基準値 <以上児> <未満児> 460Kcal 490Kcal 22.3g 21.1g 16.2g 13.8g 1.6g 1.5g		おかかチーズおにぎり 牛乳	ヨーグルト ハッピーターン
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量						<以上児> <未満児> 489Kcal 402Kcal 29.6g 24.7g 10.7g 8.1g 2.4g 1.9g	<以上児> <未満児> 477Kcal 489Kcal 19.4g 19.1g 22.2g 20.7g 2.1g 2.1g
日付	4日	5日	6日 発表会総練習	7日	8日	9日	
給食	豚肉と厚揚げの甘味噌炒め 白菜の塩昆布和え 人参しりしり すまし汁・果物	鮭の包み揚げ カブとベーコンのコンソメ煮 にらともやしのお浸し みそ汁・果物	豆腐のカレースープ 果物 ※全園児おにぎりの持参をお願いします。	菜ごもり卵 春雨と胡瓜の酢の物 金時豆の煮豆 みそ汁・果物	すき焼きうどん 竹輪の磯辺揚げ 小松菜の海苔和え 果物 ご飯はいりません	卵サンド キャンディチーズ 法蓮草のおかか和え 牛乳・果物	
おやつ	開口笑 牛乳	ヨーグルトパンプディング 牛乳	きな粉蒸しパン 牛乳	ごまあんぱん 牛乳	キャラメル麩 ジョア	りんご果汁 ビスケット	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> <未満児> 419Kcal 448Kcal 22.8g 20.6g 17.5g 13.8g 2.1g 1.5g	<以上児> <未満児> 412Kcal 441Kcal 23.9g 21.0g 17.2g 12.1g 2.0g 1.5g	<以上児> <未満児> 388Kcal 462Kcal 20.9g 16.3g 15.1g 13.1g 1.5g 1.0g	<以上児> <未満児> 428Kcal 458Kcal 21.1g 18.1g 10.9g 9.1g 1.7g 1.1g	<以上児> <未満児> 457Kcal 389Kcal 28.1g 25.2g 13.1g 10.9g 2.7g 2.0g	<以上児> <未満児> 500Kcal 498Kcal 20.0g 21.1g 21.9g 19.9g 2.1g 2.0g	
日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日	
給食	豚肉のケチャップソテー もやしと胡瓜の甘酢和え 南瓜のパン粉焼き みそ汁・果物	ポテトビーンズ 法蓮草のなめ茸和え トマト みそ汁・果物	ふわふわ親子煮 シルバーサラダ 若布のソテー みそ汁・果物	スタミナ納豆 切干大根の酢の物 さつま芋のオレンジ煮 みそ汁・果物	焼きうどん 野菜たっぷり卵焼き トマト スープ・果物 ご飯はいりません		
おやつ	パナマフィン 牛乳	ごまラスク 牛乳	チーズスティック 牛乳	みたらし豆腐団子 牛乳	わかめおにぎり 牛乳		
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> <未満児> 387Kcal 424Kcal 21.8g 19.5g 14.9g 10.5g 1.8g 1.3g	<以上児> <未満児> 394Kcal 428Kcal 23.4g 20.6g 14.2g 10.0g 2.0g 1.5g	<以上児> <未満児> 403Kcal 437Kcal 20.3g 18.8g 18.3g 14.3g 2.2g 1.6g	<以上児> <未満児> 434Kcal 471Kcal 24.0g 21.1g 13.1g 11.8g 2.0g 1.4g	<以上児> <未満児> 539Kcal 424Kcal 27.5g 19.0g 14.8g 12.7g 3.3g 2.1g		
日付	18日	19日	20日	21日	22日 誕生会	23日	
給食	松風焼き マカロニソテー もやしと青菜の胡麻和え すまし汁・果物	根菜入りミルクカレー ブロッコリーのおかか和え 一口がんもの含煮 スープ・果物	はんぺんフライ 筑前煮 キャベツとパインのサラダ みそ汁・果物	ほうれん草のキッシュ ひじきの炒め煮 胡瓜のごま油和え みそ汁・果物	ミートソースパスタ ささみのフライ コールスローサラダ スープ・果物 ご飯はいりません	ツナサンド ブロッコリーのカレー和え フィッシュソーセージ 牛乳・果物	
おやつ	スイートポテト 牛乳	グラノーラヨーグルト おせんべい	ブルーベリーサンド 牛乳	人参ブリッツ 牛乳	ココアブラウニー りんご果汁	マスカットゼリー ウエハース	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> <未満児> 433Kcal 457Kcal 21.3g 19.5g 17.3g 13.7g 1.5g 1.1g	<以上児> <未満児> 439Kcal 479Kcal 18.1g 18.7g 17.3g 14.7g 2.5g 1.9g	<以上児> <未満児> 441Kcal 465Kcal 23.9g 21.5g 15.7g 12.6g 2.1g 1.5g	<以上児> <未満児> 394Kcal 430Kcal 23.7g 21.2g 20.7g 16.1g 2.1g 1.5g	<以上児> <未満児> 688Kcal 544Kcal 29.7g 24.1g 29.5g 22.3g 1.9g 1.4g	<以上児> <未満児> 375Kcal 403Kcal 13.4g 12.7g 12.7g 12.2g 1.4g 1.3g	
日付	25日	26日 もちつき会	27日	28日	<div style="text-align: right;"> </div> <p>・28日(木)は給食室の大掃除のため、おやつのみ提供となります。果物付きのお弁当を持ってきて下さい。</p> <p>また、年明け4日(木)もお弁当となりますので、ご協力をよろしくお願いいたします。</p>		
給食	鶏肉のから揚げ クリスマスポテトサラダ コンソメスープ 果物	みたらしもち・味噌もち きな粉もち・あんもち 豚肉の塩麹焼き 酢の物・豚汁・果物 ご飯はいりません	エッグシチュー 磯香浸し ツナとトマトの和え物 果物	<p style="font-weight: bold; color: red;">お弁当の日</p> 果物付きのお弁当をお願いします。			
おやつ	トナカイさんのカップケーキ 牛乳	ジャムサンド 牛乳	チーズチヂミ 牛乳	ジョア パウムクーヘン			
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> <未満児> 460Kcal 501Kcal 21.3g 21.0g 18.2g 13.7g 1.8g 1.4g	<以上児> <未満児> 658Kcal 458Kcal 29.9g 22.2g 23.2g 14.3g 2.2g 1.4g	<以上児> <未満児> 441Kcal 461Kcal 24.0g 18.9g 19.6g 13.7g 2.0g 1.4g	<以上児> <未満児> 207Kcal 252Kcal 9.0g 9.8g 3.5g 3.6g 0.1g 0.1g			



初めての干し柿づくり体験

11月に地域の方から渋柿を頂きました。そこで、干し柿づくりに挑戦☆「やってみたい!」と続々とやってきた子どもたち。専用の皮むき機とピーラーを使って、みんな真剣な表情で皮むきを体験しました。むき終わると満面の笑みで「あ〜楽しかった!」と話していました。ひもで結んだ後は熱湯に5秒くぐらせて煮沸消毒し、ウッドデッキに吊るしました。日に日に色が黒くなっていき、2週間ほどで出来上がり食べてみると「甘くておいしい」と好評でした。地域の方のおかげで、日本の伝統的な栄養価の高い干し柿づくりを体験することができました☆



よく噛む習慣をつけましょう

よく噛むことは、唾液の分泌を促します。唾液には、虫歯予防、消化を助ける・脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップするなどの効果があります。噛みごたえのあるものをよく噛んで食べることを心がけましょう。