



R6. 12. 2 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に取り組んでいます。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。

◆保育園行事◆

- 2日(月)安全点検
- 5日(木)クリスマス発表会総練習
- 14日(土)クリスマス発表会
- 20日(金)誕生会
- 27日(水)避難訓練
- 30日(月)～1月3日(金)年末休園

※12月27日(金)、28日(土)、1月4日(土)、は、給食がありませんので登園の際は、お弁当を持参してください。

◆センター行事◆

- 6日(金) すまいるひろば (ママの手作り講座)
- 19日(木)とびっこ・めだか合同 (クリスマス会)



☆おめでとうございます☆

令和6年度幼児福祉絵画コンクール入賞

～駐車場・お迎え時の安全について～

夕方は暗くなるのが早くなり、視界も悪くなります。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。

クリスマス発表会

日時：12月14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30日(月)から、1月3日(金)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14日(火)～1月24日(金)は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っております。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。



\*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\*

先月は、日中暖かい日が多く、園庭の砂場で遊んだり、給食もウッドデッキで食べたりして楽しく過ごすことができました。

いよいよ今月は、クリスマス発表会がありますね。「歌大好き!」「ダンス大好き」の子ども達です。みんなで楽しんでいる姿をお見せできればと思っています。

\*こすもすぐみ\*

先月から発表会に向けて、ダンスや表現遊びを楽しんできました。当日は、かたまってしまうお友だちもいるかもしれませんが、その姿もかわいらしいですね。体調を崩さず、みんなで参加できるといいなと思いますので、宜しくお願いします!

\*すずらんぐみ\*

11月の誕生会では、クラスで劇を披露し、ドキドキした表情やにこやかに取り組む様子が見られました。「がんばったね」「上手だったよ」と先生方に声をかけられ、発表会への自信につながったのではないかなと思います。本番が楽しみです。

給食では、箸を使っての食事を促しています。お家でもぜひ持ち方の確認をしてみてくださいね。

\*ひまわりぐみ\*

先月は、センターと合同で焼き芋会に参加したり、戸外遊びでは、冬の訪れを感じながらも”色のに”や”だるまさんがころんだ”などで体を動かしました。今月はクリスマス発表会があります。子ども達が「今日も劇やろう!」と積極的に取り組んできた姿の集大成を見ていただけるよう残りの、数日も頑張っていきます。体調を整えて本番に臨みましょう!

\*さくらぐみ\*

先月は、焼き芋会、りんごジャム作りや干し柿作り等の食育活動を楽しみました。今月は、発表会へ向け、みんなで力を合わせてダンスや劇の練習に取り組みたいですと思っています。

12月生まれのおともだち

☆今月は、3名のお友だちが誕生日を迎えました!

おめでとうございます!!

happy birthday





# 献立表



2024年度 鶴住居保育園

曜日	月		火		水		木		金		土	
日付	2日		3日		4日		5日 発表会総練習		6日		7日	
給食	たらの煮魚 ほうれん草のなめ茸和え トマト みそ汁・果物		キッズヤムニョムチキン 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		巣ごもり卵ケチャップかけ 春雨の酢の物 金時豆の煮豆 みそ汁・果物		豆腐のカレースープ 果物  <b>※全園児おにぎりの持参をお願いします。</b>		麻婆ラーメン 小松菜のお浸し たたき胡瓜 果物 <b>ご飯はいりません</b>		ハムサンド ミニトマト 牛乳 果物	
おやつ	人参ブリッツ 牛乳		ヨーグルトパンブディング 牛乳		豆乳わらび餅 牛乳		クッキー 牛乳		りんごの蒸しパン 牛乳		ビスケット 野菜&フルーツ果汁	
エネルギー	<以上児> 327Kcal	<未満児> 382Kcal	<以上児> 374Kcal	<未満児> 417Kcal	<以上児> 385Kcal	<未満児> 486Kcal	<以上児> 332Kcal	<未満児> 387Kcal	<以上児> 495Kcal	<未満児> 407Kcal	<以上児> 378Kcal	<未満児> 392Kcal
たんぱく質	24.7g	21.6g	25.1g	22.1g	18.7g	19.4g	17.6g	13.4g	22.8g	20.2g	12.7g	12.2g
脂質	12.9g	9.0g	14.0g	11.4g	14.1g	11.7g	16.0g	12.8g	14.4g	12.3g	11.3g	10.7g
食塩相当量	1.6g	1.2g	2.4g	1.8g	1.9g	1.4g	1.4g	0.8g	3.7g	2.7g	1.2g	1.1g
日付	9日		10日		11日		12日		13日		14日	
給食	五目納豆 切干大根とひじきの煮物 ブロッコリーのごま和え みそ汁・果物		たらの天ぷらカレー風味 シルバーサラダ さつま芋の甘煮 みそ汁・果物		卵の袋煮 法蓮草のおかか和え ポテトサラダ 豚汁・果物		豆腐ステーキのきのこソース 切干大根の酢の物 若布とコーンのソテー みそ汁・果物		ちゃんぽんうどん はんぺんフライ コールスローサラダ 果物 <b>ご飯はいりません</b>			
おやつ	バナナマフィン ジョア		ごまあんぱん 牛乳		フルーチェ リッツ		ピザポテト 牛乳		わかめおにぎり 牛乳			
エネルギー	<以上児> 357Kcal	<未満児> 439Kcal	<以上児> 456Kcal	<未満児> 500Kcal	<以上児> 396Kcal	<未満児> 442Kcal	<以上児> 414Kcal	<未満児> 442Kcal	<以上児> 514Kcal	<未満児> 445Kcal		
たんぱく質	20.4g	21.9g	19.0g	19.7g	20.0g	19.2g	17.5g	14.3g	23.1g	20.4g		
脂質	12.3g	10.7g	13.3g	11.8g	20.2g	14.6g	18.5g	12.9g	14.9g	15.4g		
食塩相当量	2.0g	1.6g	1.8g	1.4g	1.9g	1.5g	1.8g	1.2g	3.2g	2.3g		
日付	16日		17日		18日		19日		20日 誕生会		21日	
給食	チキン南蛮 茄子のみそ炒め もやしと青菜の胡麻和え スープ・果物		ポテトビーンズ ブロッコリー赤黄和え 大根と白菜の鶏挽き煮 スープ・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		豆腐入り和風ハンバーグ 筑前煮 キャベツとパインのサラダ みそ汁・果物		和風スパゲティ 赤魚の香味焼き プロテインサラダ スープ・果物 <b>ご飯はいりません</b>		ピザトースト フィッシュソーセージ ほうれん草のごま和え 牛乳・果物	
おやつ	マーラーカオ 牛乳		手作りかりんとう ジョア		グラノーラヨーグルト おせんべい		じゃこトースト 牛乳		みたらし豆腐団子 牛乳		りんご果汁 おせんべい	
エネルギー	<以上児> 433Kcal	<未満児> 482Kcal	<以上児> 371Kcal	<未満児> 443Kcal	<以上児> 386Kcal	<未満児> 431Kcal	<以上児> 389Kcal	<未満児> 457Kcal	<以上児> 503Kcal	<未満児> 417Kcal	<以上児> 392Kcal	<未満児> 412Kcal
たんぱく質	21.6g	21.2g	22.8g	22.7g	21.4g	20.4g	23.6g	19.9g	22.4g	20.0g	13.3g	15.2g
脂質	21.8g	16.2g	9.3g	8.6g	17.0g	13.7g	16.3g	12.3g	24.6g	20.0g	11.4g	11.0g
食塩相当量	1.6g	1.3g	1.8g	1.4g	2.0g	1.5g	2.2g	1.6g	2.6g	2.0g	1.6g	1.6g
日付	23日		24日		25日		26日		27日		28日	
給食	味噌おでん 白菜の塩昆布和え すまし汁 果物		ローストチキン ポテトサラダツリー 茹でブロッコリー 南瓜スープ・果物		豆腐のピザ焼き 磯香浸し 粉吹き芋 みそ汁・果物		ポテトグラタン マカロニカレーソテー ほうれん草とコーンの和え物 みそ汁・果物		<b>お弁当の日</b> <b>お弁当の準備をお願いします。(全園児)</b>		<b>お弁当の日</b> <b>お弁当の準備をお願いします。(全園児)</b>	
おやつ	ライスコロッケ 牛乳		プリンアラモード りんご果汁		ホットケーキ 牛乳		バリバリいりこせんべい 牛乳		ジョア バウムクーヘン		ソファール まがりせんべい	
エネルギー	<以上児> 451Kcal	<未満児> 468Kcal	<以上児> 417Kcal	<未満児> 498Kcal	<以上児> 445Kcal	<未満児> 490Kcal	<以上児> 385Kcal	<未満児> 456Kcal	<以上児> 207Kcal	<未満児> 257Kcal	<以上児> 129Kcal	<未満児> 185Kcal
たんぱく質	20.8g	18.8g	19.1g	19.9g	19.6g	17.6g	18.2g	19.2g	9.0g	9.0g	4.6g	7.7g
脂質	13.1g	9.7g	17.5g	15.3g	18.1g	13.6g	17.0g	15.2g	3.5g	3.5g	2.1g	5.9g
食塩相当量	3.1g	2.2g	1.7g	1.3g	2.4g	1.7g	1.9g	1.5g	0.1g	0.1g	0.1g	0.2g



## 11月の食育活動の様子

### ◎りんごジャム作り

さくら組さんがりんご狩りで採ってきたりんごを使ってジャム作りを行いました。りんごを小さく切り、鍋でよく煮込むと、甘酸っぱいジャムが出来上がりました。おやつでヨーグルトにかけて、おいしく頂きました(^^)



### ◎焼き芋会

さくら組さんとひまわり組さんが、畑で収穫したさつま芋を使って、たくさん焼き芋を作りました。しっとりホクホクの焼き芋は、他のクラスのお友達とみんなで分け合いました☆



### ◎干し柿作り

今年も干し柿作りをやりたい！と、子ども達の声を受け、干し柿作りに挑戦！皮むきをした後、紐につけ、熱湯を5秒ほどくぐらせて煮沸消毒をし、ウッドデッキに吊るしました。出来上がった干し柿を味見するとあっという間になくなり、「おいしかった！」と喜んでいました☆



### ◎大根掘り

畑の大根も大きくなり、カいっばい引き抜いて収穫をしました。さくら組さんは家庭へ持ち帰り、残り的大根は給食に取り入れて味わいたいと思います！

- ・5日(木)は、クリスマス発表会総練習のため、**全園児おにぎりの日**となっておりますので、ご協力をお願い致します。
- ・20日(金)は、誕生会です。
- 6日(金)・13日(金)も完全給食になりますので、すずらん組・ひまわり組・さくら組もご飯はいりません。
- ・27日(金)・28日(土)は果物付きのお弁当の持参をお願い致します。
- また、年明け4日(土)もお弁当の日となりますので、ご協力をお願い致します。

### 基準値

エネルギー	<以上児> 460Kcal	<未満児> 490Kcal
たんぱく質	22.3g	21.1g
脂質	16.2g	13.8g
食塩相当量	1.6g	1.5g