



令和8年1月5日（月）発行 鶴住居保育園 担当 澤田

明けましておめでとうございます。

今年は午年（干支は馬）です。子ども達には、天まで駆け上がっていく天馬のように勢いよく育ってほしいと願っています。あと3カ月で進級、就学です。「成長の3ヶ月」として、ご家庭と協力して子ども達の成長を見守っていきたいと思っています。今年もよろしくお願ひします。



#### 【保育園】

5日（月）	安全点検 お弁当の日
7日（水）	内科検診
13日（火）	歯ッピーチェック 子育てトーク（～22日）
15日（木）	もうすぐ1年生撮影（さくら組）
23日（金）	誕生会



#### 【子育て支援センター】

5日（月）	ふれあいひろば期間（～14日）
15日（木）	親子サークル
22日（木）	すまいるひろば（～28日）
29日（木）	ママの手作りおやつ講座

♡おめでとうございます♡



## ☆おしらせとおねがい☆

- ・子育てトークについて…予防接種や定期健診の確認を行いますので、母子手帳をお持ちください。また、職場や連絡先など変更がある方はお知らせください。面談は全園児対象です。各クラス面談を玄関に掲示しますので、名前の記入をお願いします。（1月6日から掲示します。）詳細についてはキッズビューのお知らせをご覧ください。
- ・年末年始の休み明けは生活リズムが崩れてしまうことがあります。久しぶりの園生活はお子さんも疲れを感じることがありますので、お家でも十分な休息をとり、食事や睡眠時間にも気を付けていきましょうね。
- ・冬は乾燥しやすく、感染症が流行しやすい時期です。手洗い、うがいの仕方と一緒に確認してみるのも感染症対策に良いかもしませんね。



## ☆クラスだより☆



**《さくら組》** 先月はクリスマス会への参加、ご協力ありがとうございました。さくら組で考えた“楽しい”と一緒に感じていただける機会となりました。みんなで楽しみたいという気持ちが『さくらレストラン』に繋がり、「メニューを書きたい！」「ホールをおしゃれにするのはどう？」とアイデアも湧き、ひまわり組・すずらん組のお友達を誘って、楽しいクリスマス給食を実現することができました！残り3カ月という短い期間ですが、一緒に楽しいことを考えてやってみる、濃い時間にしていきたいです。

**《ひまわり組》** 先月はお忙しい中、クリスマス会に参加いただき、ありがとうございました。また、一つ成長していく子ども達の姿に嬉しく思います。いよいよ、さくら組進級まで3カ月となりましたね。いろいろなことにチャレンジし、楽しく過ごしたいと思います。

**《すずらん組》** クリスマス会では、「楽しくしたい！」「楽器作りたい！」「服作りたい！」と挑戦する子ども達の姿がたくさん見られました。素敵なお出でがまた一つ増えましたね。今月はお正月遊びや雪遊びなど、この時期ならではの遊びをたっぷりと楽しみながら、ひまわり組進級に向け、自分でできることを増やして自信に繋げていきたいと思います！

**《こすもす組》** 先月はクリスマス会への参加ありがとうございました。クリスマスの雰囲気をみんなで楽しむことができて良かったです。1月は、お正月の雰囲気を楽しみながら、冬ならではの遊びをたくさん楽しみたいと思います。今月も体調に気を付けて元気に過ごしていきましょうね。

**《すみれ組》** 先月はクリスマス会にご参加いただき、ありがとうございました。クリスマス会に向けて、以上児さんと一緒に楽しく歌を歌ったり、楽器遊びを楽しみながら無理なく過ごすことができ、子ども達の間でもクリスマスソングを覚えて口にして楽しむ姿が見られました。いよいよすみれ組で過ごすのもあと3カ月となりました。感染症も流行的時期ですが、体調を整えながら、冬ならではの遊びも楽しみ、元気に過ごしていきたいと思いますので、よろしくお願いします。

**《たんぽぽ組》** 明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、初めてのクリスマス会に参加！いろいろな経験をしながら、たくましく成長している子ども達です。たんぽぽ組で過ごすのもあと3カ月となりました。冬ならではの遊びも楽しみながら、楽しく過ごしたいと思います！





## 献立表

2025年度 鵜住居保育園

曜日	月	火	水	木	金	土								
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日								
給食	<b>お弁当の日 お弁当の準備をお願いします。 (全園児)</b>	松風焼き 法連草の海苔和え なます すまし汁・果物	二色そぼろ 若布とツナソテー ボテトサラダ・果物 七草入りミルクスープ	大豆入りドライカレー フレンチサラダ トマト みそ汁・果物	野菜ラーメン はみだしギョウザ 春雨と胡瓜の酢の物 果物 <b>ご飯はいりません</b>	卵サンド フィッシュソーセージ 牛乳 果物								
おやつ	クッキー・おせんべい 牛乳	マスカットゼリー ハッピーターン・牛乳	中華おこわ 以:牛乳 末:麦茶	ポテトチップ 牛乳	フルーツのヨーグルト和え ウエハース	ジョア サブレ								
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 192Kcal 8.6g 5.5g 0.3g	<未満児> 182Kcal 10.5g 3.2g 0.3g	<以上児> 325Kcal 17.5g 12.8g 1.8g	<未満児> 387Kcal 16.7g 10.1g 1.3g	<以上児> 518Kcal 25.4g 20.8g 2.3g	<未満児> 471Kcal 19.1g 14.4g 1.6g	<以上児> 351Kcal 19.1g 16.5g 2.0g	<未満児> 400Kcal 18.0g 13.1g 1.5g	<以上児> 465Kcal 22.7g 11.3g 2.6g	<未満児> 383Kcal 19.3g 10.2g 1.9g	<以上児> 488Kcal 20.0g 19.5g 1.6g	<未満児> 506Kcal 20.4g 18.8g 1.6g		
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日								
給食		揚げ魚の三色あんかけ プロッコリーの胡麻和え 人参しりしり なめこ汁・果物	ポテトビーンズ 小松菜のおかか和え 一口がんもの含煮 ニラ卵汁・果物	スペイン風オムレツ キャベツと油揚げの炒め煮 法連草の納豆和え みそ汁・果物	豚汁うどん 鶏さつま 白菜ののり和え 果物 <b>ご飯はいりません</b>	じゃこチーズトースト ゆで卵のケチャップかけ 茹で枝豆 牛乳・果物								
おやつ	基準値	カスター蒸しパン 牛乳	マシュマロサンド 牛乳	かやきのお汁粉 牛乳	ジャムサンド ジョア	ヨーグルト まがりせんべい								
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 440Kcal 22.0g 16.0g 1.6g	<未満児> 460Kcal 21.0g 13.8g 1.4g	<以上児> 378Kcal 21.8g 15.6g 1.9g	<未満児> 421Kcal 19.0g 11.2g 1.4g	<以上児> 416Kcal 23.0g 15.0g 2.0g	<未満児> 457Kcal 21.4g 12.9g 1.6g	<以上児> 449Kcal 25.0g 18.5g 2.1g	<未満児> 500Kcal 23.9g 16.1g 1.6g	<以上児> 481Kcal 28.8g 8.1g 2.4g	<未満児> 409Kcal 24.8g 6.2g 1.8g	<以上児> 460Kcal 23.6g 17.0g 2.1g	<未満児> 454Kcal 21.2g 14.8g 1.9g		
日付	19日	20日	21日	22日	23日 誕生会	24日								
給食	鶏手羽元の甘辛煮 フレンチサラダ カブの塩昆布和え みそ汁・果物	白身魚のオーロラソースかけ ひじきの炒め煮 キャベツのおかか和え みそ汁・果物	五目納豆 シルバーサラダ プロッコリーのカレー和え スープ・果物	千草焼き 白菜とりんごのサラダ すき昆布の煮物 みそ汁・果物	ロールパン 鶏肉のアップルシンジャーソテー もやしのナムル スープ・果物 <b>ご飯はいりません</b>	ツナサンド キャンディチーズ ミニトマト 牛乳・果物								
おやつ	焼き芋 牛乳	フルーツサンド 牛乳	焼きそば 牛乳	チーズハムパイ ジョア	バナナパフェ りんご果汁	ぶどう果汁 星たべよ								
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 408Kcal 21.1g 14.6g 1.8g	<未満児> 442Kcal 18.6g 10.5g 1.3g	<以上児> 476Kcal 22.4g 21.1g 2.1g	<未満児> 489Kcal 19.5g 15.1g 1.5g	<以上児> 366Kcal 20.0g 15.1g 2.1g	<未満児> 411Kcal 18.6g 12.2g 1.6g	<以上児> 374Kcal 17.2g 16.6g 2.3g	<未満児> 443Kcal 12.0g 10.0g 1.6g	<以上児> 565Kcal 24.1g 16.5g 2.4g	<未満児> 457Kcal 20.2g 13.3g 1.8g	<以上児> 421Kcal 15.7g 16.4g 1.6g	<未満児> 427Kcal 16.6g 14.7g 1.5g		
日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日								
給食	鮭のマヨネーズ焼き 磯香浸し キャベツとみかんのサラダ 豚汁・果物	高野豆腐の唐揚げ 野菜炒め 南瓜の煮物 豆腐のカレースープ・果物	豚肉のケチャップソテー 厚揚げの生姜煮 カブの即席漬け みそ汁・果物	卵とプロッコリーのグラタン れんこんと豚肉のきんぴら 春雨の中華風サラダ スープ・果物	京都のたぬきうどん 豚肉と里芋の煮物 キャベツのゆかり和え 果物 <b>ご飯はいりません</b>	食パン カレースープ ほうれん草のコーン和え 牛乳・果物								
おやつ	ソフール 南部せんべい	みたらし風豆乳もち 牛乳	チーズいももち 牛乳	コーンフレーククッキー 牛乳	青菜おにぎり 牛乳	ゼリー リップ								
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 386Kcal 23.1g 14.7g 1.4g	<未満児> 464Kcal 22.8g 12.9g 1.1g	<以上児> 467Kcal 23.1g 17.3g 2.3g	<未満児> 481Kcal 20.7g 13.7g 1.7g	<以上児> 358Kcal 24.5g 13.5g 2.0g	<未満児> 405Kcal 21.7g 11.0g 1.5g	<以上児> 497Kcal 19.5g 23.6g 2.1g	<未満児> 503Kcal 18.2g 18.1g 1.5g	<以上児> 533Kcal 26.2g 23.6g 2.1g	<未満児> 408Kcal 20.8g 10.4g 2.7g	<以上児> 359Kcal 11.9g 13.1g 2.7g	<未満児> 387Kcal 12.1g 10.4g 2.0g	<以上児> 359Kcal 8.5g 8.3g 1.8g	<未満児> 387Kcal 14.7g 12.4g 1.7g

## ☆11月と12月の食育活動の様子☆

### ◎クリスマスカップケーキ作り(さくら組・12月)

しおかぜ号から借りた絵本の中から、「先生、今度これ作ってみたい！」と声をかけられました。「いいね！ クッキングしよう！」となり、自分たちで生地作りからデコレーションまで挑戦してみました☆

ホイップクリームと大きなイチゴとチョコを飾り付けて、おいしく頂きました(^^)



### ◎型抜きクッキー作り(ひまわり組・12月)

ハートやお星様、もみの木やトナカイなどいろいろな型で上手に型を抜いていました☆

焼きあがったクッキーはおやつに食べた他にも、他のクラスのお友達にもプレゼントし、クリスマスを楽しんでいました！



### ◎さつま芋スティック作り(さくら組・11月)

11月に保育園で採れたさつま芋を使って、さつま芋スティックを作りました☆

さつま芋を初めて切った子どもたち。「めっちゃ硬い！」とびっくりしていました。切ったさつま芋をレンジで加熱し、その後はホットプレートを使ってバターでこんがりと炒め、砂糖としょうゆで味をつけました。「おいしい！」と食べる手が止まらず、やみつきな味に大満足そうでした☆



### ◎さつま芋アイス作り(すずらん組・11月)

11月の焼き芋会の日、焼き芋を使ってアイスクリームを作りました☆皮をむいた焼き芋を袋の中に入れて、生クリームとメープルシロップも入れて、もみもみ…。冷凍庫で凍らせ、アイス屋さんのようにディッシャーで丸めました。

みんなとーっても上手だったので、滑らかなさつま芋アイスクリームができました(^^)



## 今月の予定

- 5日（月）は、お弁当の日となっておりますので、登園の際は果物付きのお弁当の準備をお願いいたします。
- 9日・16日・23日・30日（金）は、完全給食の日です。以上児組さんも、ご飯はいりません。

