



じょうぶな子、げんきな子



あけましておめでとうございます

年末年始のお休みも終わり、保育園にも又、元気な子どもたちの声が響き嬉しく思います。いよいよ、3学期のはじまりです。それぞれ進級や就学の準備の時ですね。どの子どももこれまで様々な経験をしながら心身ともに成長しています。ひとつ大きくなる喜びにワクワクしてほしいと思います。これからの急な気温の変化や体調の変化に気を付け感染症の予防に努めながら、規則正しい生活、体力作りに努め元気に過ごしたいと思います。

七草がゆ

1月7日に七草がゆを食べると1年間無病息災で過ごせるといわれています。

セリ・ナズナ・ゴキョウ・ハコベラ
 ホトケノザ・スズナ・スズシロ

体に優しい食材ばかりなので1年間健康に過ごせそうですね。

1月の行事予定

4日(木) 始業式 / 園だより配信
 6日(土) 布団乾燥
 8日(月) 成人の日
 9日(火) リトミック(1~4才)
 個人面談開始日
 クラスにより日程が違います。
 10日(水) 体育指導
 12日(金) 餅つき
 13日(土) ちゅうりっぷ組ビデオ参観日
 15日(月) 英語教室 / 避難訓練(予告なし)

17日(水) 体育指導
 18日(木) 記念撮影
 19日(金) 身体測定 / 絵本納入袋・配布
 20日(土) 布団乾燥
 23日(火) 絵画教室(4・5才)
 24日(水) 体育指導
 25日(木) 誕生会
 30日(火) 絵画教室(2・3才)
 31日(水) 体育指導
 園便り・献立表配信

今月の保育目標

- たんぽぽ ー・休み明けの生活リズムを整えながら無理なく過ごす
 ・感染症予防をしながら体調管理に気を付けていく
 ・冬の自然に触れながら遊びを楽しむ
- もも ー・冬の自然に触れながら元気よく身体を動かして遊ぶ。
 ・身のまわりの事に興味、関心を持ち、自分でやってみる。
- ちゅうりっぷ ー・活動や遊びの中で言葉に親しみ、言葉を発する事を楽しむ。
 ・手洗いやうがいを積極的に行い、寒い季節を健康に過ごす。
- さくら ー・冬の自然に興味を持ち、寒さに負けずに元気に遊ぶ
 ・保育士や友達と一緒に正月遊びを楽しむ
- ひまわり ー・正月ならではの遊びに興味を持ち、友達と一緒に遊ぶ事を楽しむ。
 ・冬の自然の中でも元気に身体を動かして遊ぶ事を楽しむ。
- ゆり ー・冬の自然に親しみ、興味や関心を広げ不思議に思うことを調べたり試してみようとする。
 ・生活や遊びの中で見通しをもち、取り組む。

お知らせとお願い

- 感染症が流行する季節です。体調の変化に気をつけ、手洗い・うがいの習慣をつけましょう
- 厚着をせず、調節のしやすい衣類を用意してください
- 全ての持ち物に名前が付いているか確かめましょう
- ※個人面談が始まります。日時の確認をお願い致します
- 教材費は、月末までに納めて下さい

今年もよろしくお祈いします



クラス通信

1月



たんぽぽ組 (0才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

新しい年を迎え、残すところ3か月となりました。子ども達の健やかな成長を見守りながら進級に向けて楽しく過ごしていきたいと思ひます。先月のクリスマス会では、可愛らしいだるまさんの姿を発表することができました。音楽に合わせて体を揺らし楽しんで発表していたたんぽぽさんです。衣装やお弁当のご協力ありがとうございました。みんな喜んで食べていました！寒さも増してきましたが、元気いっぱい体を動かして過ごしていきたいと思ひます。



さくら組 (3才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

先月のクリスマス会では衣装のご用意、朝早くからのお弁当作り、そして参観にお越しいただきありがとうございます。本番では一人一人が練習の成果を発揮し、自信を持って発表することができました。参観はいつもと違う雰囲気に対し緊張する姿も見られましたが、歌やセリフを力いっぱい表現している子ども達に成長を感じ、胸が熱くなりました。お客さんから「上手だったね～」と言ってもらえて嬉しそうなさくらさんです。さくら組も残り3ヶ月となりました。進級への期待を膨らませながら楽しく過ごしていきたいと思ひます。



もも組 (1才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

年末年始は子ども達とどのように過ごされたでしょうか。昨年中は様々な行事を通して大きく成長してくれたもも組さん。12月のクリスマス会ではちょっぴり緊張した様子もありましたが、楽しく踊る事が出来ていました。衣装やお弁当の準備などたくさんのご協力ありがとうございました。お弁当タイムでは「ママが作ったの～」と教えてくれたり、とても嬉しそうにしてパクパクと食べていました。今年度も残すところあと3ヶ月。成長目まぐるしいこの時期の一日一日を大切にしながら楽しい時間を過ごしていきたいと思ひます。



ひまわり組 (4才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

新年が始まり、今年度も残り3ヶ月となりました。一日一日を大切に過ごしていきたいと思ひます。クリスマス特別参観では、見に来ていただきありがとうございます。クリスマス会を終え、また一つ大きな成長を見せてくれたひまわりさん。「ともだちや」が大好きで「おんがくかけてー」と毎日のようにリクエストがあり、楽しんで練習が出来た事を嬉しく思ひます。それと同じぐらいに外遊びも好きで、外に出るなり寒さに負けず元気一杯に身体を動かして遊んでいます。まだまだ厳しい寒さは続きますが、体調に気を付けていながら丈夫な身体作りもしていきたいと思ひます。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

冬の寒さにも負けず、子ども達は日々元気一杯です。先月のクリスマスお楽しみ会では、お弁当や衣装の御協力ありがとうございました。可愛らしいベイマックス姿の子ども達、緊張した様子も見られましたが、練習の成果を発揮して楽しく表現してくれました。お弁当も大変喜んで、美味しく食べていました。友達同士の関わりや、活動の幅も広がって、毎日の生活の中で楽しみながら成長しているちゅうりっぷ組さん、新しい事にも無理のない範囲で少しずつ取り組んでいます。延期となってしまったビデオ懇談会では、そんな子ども達の様子も見て頂けると思ひますので、是非とも御参加下さいね。



ゆり組 (5才児)

新年あけましておめでとうございます。
今年も宜しくお願いいたします。

先月はクリスマス会に向けて短い期間ではありましたが、音楽劇と合奏の練習を頑張りました。練習を重ねる度大きな声でセリフが言えるようになり、子ども達の自信にも繋がってきました。クリスマス会当日・参観ともに多くのお客様に緊張気味の子ども達でしたが、舞台に出ると堂々と自信を持って練習の成果を発揮していて、その姿を見て感動しました。お弁当も嬉しそうに食べていた子ども達です。たくさんのご協力ありがとうございました。年も明けて、保育園での生活も残り3ヶ月となりました。一日一日を大切に、楽しく過ごしていきたいと思ひます。

今月の給食レシピ

エッグタルト

材料(12個分)

餃子の皮・・・12枚
☆牛乳・・・100ml
☆卵・・・1個
☆砂糖・・・9g(大匙1)

作り方

- ①アルミカップ(6号)に餃子の皮をお椀型にセットする。
- ②☆の材料を全て混ぜこす。
- ③餃子の皮から溢れないように②の卵液を注ぎ入れる。
- ④180℃のオーブンで10分ほど様子を見ながら焼く。



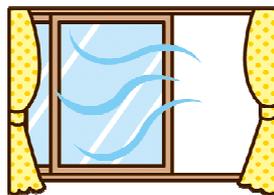
ほけんだより

寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にかからないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう



1月 離乳食予定献立表

(令和5年12月28日)
金ヶ作保育園
なのはなルーム
元山駅なのはなルーム

日 曜	初期		中期・後期給食	材料	完了期給食	日 曜	初期		中期・後期給食	材料	完了期給食
			中期・後期午後おやつ		完了期午後おやつ				中期・後期午後おやつ		完了期午後おやつ
1 月	★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★					17 水	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(白菜、さつまい芋)	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 みかん	
2 火	年 始 休 園					18 木	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ)	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌	ごはん 鶏の甘辛唐揚げ ひじき入りサラダ みそ汁	
3 水	★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★・★					19 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ)	豆腐、ねぎ 食パン、粉ミルク 鮭、じゃが芋、人参 玉ねぎ、コンソメ	牛乳 ビスケット、せんべい ロールサンド (ウイナー、ジャム) 鮭のクリームシチュー パナナ 牛乳 豆乳もち	
4 木	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ(ねぎ) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、玉葱、醤油 砂糖、わかめ、ねぎ コンソメ	カレーライス フルーツヨーグルト 卵スープ 牛乳 クッキー、せんべい	完了期午後おやつ	20 土	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱)	鶏ひき肉、ほうれん草 もやし、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、南瓜、玉葱	煮込みうどん さつまいもの甘煮 牛乳 クッキー、せんべい	
5 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん さつまいもの甘煮 麦茶 七草がゆ	うどん、ねぎ、椎茸 醤油、煮干、鰹節 さつまいも、砂糖	わかめうどん さつまいもの甘煮 麦茶 七草がゆ	完了期午後おやつ	21 日					
6 土	和風スパゲティ すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい					22 月	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(白菜)	鶏ひき肉、ほうれん草 もやし、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、南瓜、玉葱	ごはん みそ汁 鶏のさっぱり煮 ほうれん草のおかかあえ 牛乳 もちもちチーズパン	
7 日						23 火	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(白菜)	カラスカレイ、人参 ブロッコリー、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 白身魚	雑穀米ごはん みそ汁 魚のハーベキュー焼き ブロッコリーのごま酢和え 牛乳 ふどうパン	
8 月	成 人 の 日					24 水	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ	鶏ひき肉、キャベツ トマト、醤油、砂糖 玉葱、わかめ、コンソメ	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ パナナ 牛乳 やさい蒸しパン	
9 火	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(かぶ) ヨーグルト フレーン蒸しパン	カラスカレイ、えのき ほうれん草、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、かぶ	発芽玄米ごはん 魚の利久焼き ポパイサラダ みそ汁 牛乳 小豆マドレーヌ	完了期午後おやつ	25 木	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(かぶ) ヨーグルト せんべい	豆腐、鶏ひき肉 人参、玉葱、もやし 醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、かぶ	ふりかけごはん 豆腐とはんぺんのショウマイ 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい	
10 水	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉団子スープ ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏ひき肉、白菜 人参、ねぎ、春雨 ほうれん草、醤油	ひじきごはん 肉団子スープ みかん 牛乳 レーズン蒸しパン	完了期午後おやつ	26 金	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚 ヨーグルト 焼き芋	うどん、白菜、人参 キャベツ、玉葱、しめじ 煮干、鰹節、醤油 鮭、砂糖	白菜とベーコンのクリームパスタ キャベツの甘酢和え 卵スープ みかん 牛乳 焼き芋	
11 木	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、豆腐 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ 切干大根煮 みそ汁 牛乳 ハタースティックパン	完了期午後おやつ	27 土	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ	鶏ひき肉、キャベツ トマト、醤油、砂糖 玉葱、わかめ、コンソメ	親子丼 すまし汁 牛乳 サブレ、せんべい	
12 金	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ ヨーグルト せんべい	うどん、ねぎ、しめじ 舞茸、ほうれん草 煮干、鰹節、醤油 南瓜、鶏ひき肉、砂糖	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ パナナ 牛乳 フルーツポンチ	完了期午後おやつ	28 日					
13 土	中華丼 すまし汁 牛乳 サブレ、せんべい					29 月	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	ふりかけごはん チキンピカタ れんこんサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	
14 日						30 火	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 なめこ汁 ヨーグルト 食パン	鮭、人参、キャベツ 醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、なめこ 豆腐、ねぎ	鮭寿司 スパゲティサラダ なめこ汁 みかん 牛乳 きな粉トースト	
15 月	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	わかめごはん 鶏肉のマーナレート焼き マセドアンサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	完了期午後おやつ	31 水	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 春雨スープ ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、ほうれん草 人参、もやし、玉葱 じゃが芋、醤油、砂糖 煮干、鰹節、春雨	ビビンバ じゃがいもと竹輪のカレー煮 春雨スープ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	
16 火	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(白菜) ヨーグルト ビスケット	鮭、小松菜、もやし 煮干、鰹節、味噌 白菜	雑穀米ごはん みそ汁 魚の生姜焼き 小松菜ともやしのナムル 牛乳 おふのラスク	完了期午後おやつ	※	は新メニューです。				

※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
※コンソメはアレルギー材料不使用無添加コンソメを使用しています。
※離乳食初期は月齢に合わせた内容で提供しています。