

# 12月の園だより

## 令和元年度 下有知保育園

イチョウの黄色が鮮やかな季節になり、風の冷たさに本格的な冬の訪れを感じます。寒さに負けず、元気に走りまわる子どもたちの姿を見ていると、心身ともに大きく成長したことを感じさせられます。最近では友だち関係が一層深まり、どの子どもも充実した園生活を送っているようです。時にはケンカをすることもありますが、ケンカは子どもの成長に欠かせないものであり、相手の気持ちに気づいて自分の行動を見つめ直す大切な機会です。一人一人の気持ちを大切にしながら見守っていきます。



○ほくわたしの生活発表会 12月14日(土)、子どもたちが一生懸命に練習を重ねてきた劇、歌、ダンスなどの成果を遊戯室のステージで思いっきり発表します。ご家族皆様さんでお越しください。各クラスの発表時刻は次のとおりです。詳しくはクラスごとのご案内をご覧ください。

未満児組	うさぎ組	ぱんだ組	ぞう組
8:30~8:50	9:10~9:40	10:10~11:00	11:30~お昼

- \* 23日(月)14:00から関有知高等学校吹奏楽部による吹奏楽の鑑賞会を行います。子どもたちが生の演奏の迫力や音色の美しさにふれることができる機会です。恒例となった行事で、子どもたちはとても楽しみにしています。
- \* 26日(木)は、ぞう組による恒例のもちつきです。ついたちは、きな粉もちにしたり、給食の「豆腐と小松菜のすまし汁」に入れたりして、園児全員でたべます。ぞう組のみなさんがんばってついでください。
- \* 風邪が流行する季節になりました。空気が乾燥すると、鼻やのどの粘膜も乾いてウイルスや細菌に侵されやすくなります。風邪の予防には、「栄養バランスのとれた食事」「十分な睡眠」「運動による体力づくり」などに心がけ、普段から「免疫力」を高めることが大切です。また、「手洗いやうがい」を習慣づけましょう。お子さんの体調が悪いときは無理に登園しないようにお願いします。また、保育園で体調がいつもと違うときは、緊急連絡先に連絡をいたしますので、お願いします。
- \* 雪が降る季節になりました。積雪のため、バスが運休になる場合がありますのでご理解をお願いいたします。バスが運休の日でも開園していますので各自で送迎をお願いいたします。運休の場合は利用者へ連絡をいたします。

### 食育だより

#### 4つのおさら

日本の伝統的な食事は、「主食・一汁・二菜」という形をとっています。この4種類がそろると、栄養バランスのよい食事になります。子どもたちにわかりやすく、バランスのよい食事ができるようにするために「4つのおさら」の考え方があります。献立を決めるときに参考にしてみてください。

また、「4つのおさら」は、ごはんを左、汁物を右に配置するお膳立ての基本的な形をとっています。

- 主食(きいろのおさら)：ごはん・パンなどの穀類やいも類など
- 汁物(しろのおさら)：みそ汁・おすまし・スープなど「だし」の効いた汁物
- 主菜(あかのおさら)：肉・魚・乳製品・豆類など
- 副菜(みどりのおさら)：野菜・果物・きのこ・海藻類など

### 園バスが新しくなりました!

11月22日(金)下有知保育園に新しい園バスがやってきました。お昼休みに新しい園バスのお披露目会を行いました。子どもたちは大喜びで、園バスの前でクラスごとに写真を撮り、「絵がかわいい」「早く乗りたい」などの感想を語っていました。

なお、デザインは保育士全員でアイデアを出し合っており、下有知保育園らしいものにしました。



- \* 12月28日(金)は17:00までとさせていただきます。延長保育はありません。着替えなどの持ち帰りをお願いします。
- \* 新年は1月6日(月)から始まります。通常保育です。着替えなどの持ち物確認して登園してください。
- \* 1月の「園だより」は6日(月)に配布します。アレルギー対応が必要なご家庭へは12月中に献立を配付いたします。

よいお年をお迎えください

### 行事予定 献立

食材により献立が変更になる場合があります。園のお米は、岐阜県産「みのにしき」を使用しています。

日	曜	行事予定	献立表	未満児おやつ	午後のおやつ	以上児Cal 未満児Cal
1	日					
2	月	英語であそぼう	白飯 ごぼうと豚肉のカレー煮 かに風味サラダ ほうれん草のスープ	ぶどうゼリー	ジョア(マスカット) フランクフルト	5 5 7 5 5 2
3	火	命を守る訓練(火災) 発育測定 清潔検査	白飯 魚の味噌かけ きゅうりの酢の物 豆腐と椎茸のすまし汁	バナナ	アシドミルク 雪の宿	5 6 7 5 1 6
4	水		白飯 マーボー豆腐 蒸しゆづまい ナムル	りんごヨーグルト	豆乳(ココア味) アメリカンドッグ	6 9 3 6 2 4
5	木		超熟ロールパン 牛乳 ポークビーンズ 魚のフライ ごぼうサラダ	プリン(卵抜き)	マカロナージュ お茶	7 2 1 6 2 5
6	金		白飯 味噌おでん ポテトサラダ みかん	りんご	クリームパン ココアミルク	7 1 6 6 1 1
7	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			5 0 8 3 7 7
8	日					
9	月		白飯 竹輪ときゅうりの和え物 大根と豚肉の煮物 豆腐と蒲鉾のかき玉汁	ヤクルト ビスコ	肉まん ココアミルク	6 8 6 6 3 5
10	火		白飯 キャベツとコーンの味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き サツマイモの甘煮	ピーチゼリー	たご焼き アシドミルク	6 6 6 6 2 5
11	水		白飯 油淋鶏 中華風春雨サラダ コーンと卵のスープ	りんご	ジョア(プレーン) サツマイモかりんどう	7 4 9 6 3 3
12	木		白パン 牛乳 ビーフシチュー マカロニサラダ オレンジ	フルーチェ(イチゴ)	おにぎり(ワカメ) お茶	6 6 5 5 4 5
13	金		友禅ごはん 竹輪のお好み揚げ ブロッコリーのごま和え	ぶどうヨーグルト	黒糖カステラ(薩摩 芋) ココアミルク	7 3 1 6 3 3
14	土	ほくわたしの生活発表会				
15	日					
16	月		白飯 栄養ひじき キャベツのサラダ ヨーグルト	ヤクルト ビスケット	おにぎりせんべい ココアミルク	6 7 9 6 8 2
17	火	イクウェル	カレーライス(チキン) ポイルウイナー 果物のクリーム和え	バナナ	ジョア(オレンジ) ワッフル	6 9 5 5 8 7
18	水	誕生会 年長JA感謝祭出演(後日詳細)	白飯 肉団子のケチャップ煮 切干大根のサラダ サツマイモの味噌汁	りんご	プチケーキ アシドミルク	7 5 6 6 2 1
19	木	英語であそぼう	食パン(ジャム) 牛乳 ハンバーグ もやしのサラダ ミネストローネ	いちごヨーグルト	焼きおにぎり お茶	7 9 6 6 5 9
20	金	年長スイミング	五目ごはん フライ南瓜 ほうれん草のかき玉汁	みかん	チョコクリームパン ココアミルク	6 4 9 5 5 5
21	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			5 0 8 3 7 7
22	日					
23	月	体操指導 関有知高校吹奏楽部演奏鑑賞会	白飯 鱈の照り焼き パンサンデー ほうとう汁	桃ヨーグルト	ジョア(イチゴ) 麩のラスク	6 5 8 5 9 6
24	火	イクウェル	エビチキンピラフ 白菜とらんごのサラダ マカロニカレースープ	バナナ	ココアミルク ビスコ	6 9 8 5 9 6
25	水	クリスマス会	白飯 鶏の照り焼き ブロッコリーのサラダ ソーセージのかき玉汁	プリン(卵抜き)	クリスマスケーキ アシドミルク	7 5 8 7 1 6
26	木	もちつき	牛丼 豆腐と小松菜のすまし汁(お餅入り) みかん	野菜ゼリー	りんごヨーグルト 星たべよ	6 3 9 6 1 3
27	金	大掃除 終業式 17:00まで	ハヤシライス チキンナゲット フレンチサラダ	みかん	カップDEヤクルト	6 4 3 5 5 7
28	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			5 0 8 3 7 7
29	日					
30	月	冬休み				
31	火					

### 1月の行事予定 変更する場合があります

- |                        |             |                      |
|------------------------|-------------|----------------------|
| 6日 始業式                 | 14日 イクウェル   | 27日 体操指導             |
| 7日 カルタ取り大会             | 16日 英語であそぼう | 28日 イクウェル            |
| 8日 命を守る訓練<br>発育測定 清潔検査 | 17日 誕生会     | 30日 英語であそぼう          |
| 10日 年長スイミング(最終日)       | 20日 体操指導    | 31日 節分会<br>新入園児顔見せの会 |
|                        | 21日 イクウェル   |                      |

