

園だより 1月号

令和6年度
下有知保育園

あけましておめでとございます

新しい年を迎え、3学期が始まりました。子どもたちが元気に登園し、気持ちよくスタートできました。子どもたちは楽しい充実した冬休みを過ごすことができたようで、年末年始ならではの体験を生き生きと話す姿をうれしく思います。

一年間の締めくくりの学期として、職員一同温かい気持ちで子どもたちを見守り、子どもたち一人ひとりが友だちと絆を深め、素敵な思い出ができるよう応援していきたいと思ひます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



おしらせ おねがい

*お正月の疲れが中旬から下旬にかけて出てきます。原因は、寒さとお正月の疲れプラス新学期の疲れです。朝の調子が悪い、目覚めが遅いという子もいるようです。十分な休息と、バランスのとれた食事など、一日も早く規則正しい生活を心がけ、生活リズムを取り戻しましょう。

*10日(金)は恒例の「かるた取り大会」です。さて、凧あげ・こままわし・羽根つき・竹馬・かるたなど、近ごろでは遊ぶ姿をなかなか見なくなりました。こうした伝承遊びは、友だち同士の関係を深め、個々に目標をもって遊ぶことができます。

*10日(金)は年長児スイミングの最終日です。最後のレッスンを思い切り楽しみましょう。

*31日(金)は節分会です。立春・立夏・立秋・立冬は地球と太陽の位置関係によって定められ、今年の立春は2月3日(月)になり、その前日が節分になります。今年は節分が日曜日のため、31日(金)に園の節分会を行います。「甘えん坊オニ」「好き嫌いオニ」「暴れん坊オニ」... 子どもたちは自分の心の中のおニをやっつけるためオニのお面づくりをしています。災いやオニを退治して、新しい春を迎える行事を楽しみたいと思ひます。

*23日(木)は英語教室のフリー参観です。日ごろの活動の様子をご参観ください。別途「すぐーる」でご案内します。

★大雪警報が発令された場合は、【暴風・大雨時等における園児の保育について】に従ってください。また、メールでもお知らせいたします。メールがない場合は、通常保育をいたします。なお、積雪時は通園バスが運休する場合があります。



風邪の予防を

この季節に流行する病気というと、やはり風邪が第一にあげられます。予防のために、外出後はうがいと手洗いを習慣づけるようにしましょう。うがいと手洗いは新型コロナウイルスの感染予防にもなります。また、睡眠時間と栄養を十分にとり、運動などをして、ふだんからの体力づくりもしておきましょう。

また、この季節はウイルスが原因で起こる感染症胃腸炎が見られます。登園後に体調が悪くなったときは保護者へご連絡いたしますので、至急お迎えに来てください。なお、体調の悪いときはお預かりできませんので、お仕事でお困りのご家庭は、関市内にある病児保育をご利用ください。

食育だより

大根は栄養豊富

冬になる野菜は甘みが増しておいしくなります。根菜はレンコン、大根、ゴボウ、葉物は白菜、小松菜、ほうれん草など、どれもビタミンが豊富で、体を温める効果があります。お鍋や汁もので、たっぷりいただきたいですね。

中でも大根は、ふるふき大根、フリ大根、おでんの具など、様々な料理に使われます。乾燥させた切り干し大根には食物繊維やカルシウムが豊富に含まれ、健康食品としても注目されています。大根には、胸やけや胃もたれを予防するアミラーゼという消化酵素やビタミンCが豊富に含まれています。また、葉の部分にもカロテンや食物繊維などが多いので、できれば葉つきのものを選ぶようにしたいですね。

- 2歳児(りす)組の保護者説明会 2月3日(月)16:00~16:30 (詳細は後日ご案内)
- *4月の進級に向けての説明会です。お迎えの時間に合わせて行いますので、出席をお願いいたします。
- 2月8日(土)ほく・わたしの生活発表会 (詳細は後日ご案内)
- *どんなパフォーマンスを見せてくれるか楽しみですね。お子様の成長を感じ取っていただきたいと思います。

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	水	元日				
2	木					
3	金	冬休み				
4	土					
5	日					
6	月	始業式	カレーライス(ツナ) チキンナゲット フルーツポンチ	桃ゼリー	豆乳(ココア味) 源氏パイ	788 709
7	火	イクウェル	七草ご飯 筑前煮 ハンサンスー 豆腐となめこの味噌汁	バナナ	ジョア(プレーン) 原宿ドッグ	586 517
8	水	命を守る訓練 発育測定、清潔検査	スタミナ丼 春巻き ブロッコリーのサラダ わかめスープ	ヨーグルト	フルーツ牛乳 チーズ蒸しケーキ	801 606
9	木	英語教室	超熟ロールパン 牛乳 魚のフライ スパゲッティサラダ ひよこ豆のスープ	みかん	焼きおにぎり お茶	648 505
10	金	かるたとり大会 キッズダンス スイミング(最終回)	かみかみライス 切干し大根のサラダ なるとわかめのすまし汁 りんご	プリン(卵抜き)	ヨーグルジョイ 堅あげポテト	471 478
11	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
12	日					
13	月	成人の日				
14	火	イクウェル	ご飯 酢豚 キャベツのゆかり和え 豆腐とえのきの中華スープ	みかん	牛乳 ベジタべる	552 428
15	水	英語教室	ウインナーピラフ マセドアンサラダ トマトと卵のスープ	ヤクルト せんべい	ジョア(プレーン) 小倉トースト	632 602
16	木	キッズダンス	ご飯 鯖のごま味噌焼き 昆布豆 ほうとう汁	バナナ	牛乳 こつぶこ	627 488
17	金	誕生会	ちらし寿司 揚げ餃子 マカロニサラダ 豆腐と麩のすまし汁	ヨーグルト	アジトミルク プチケーキ	857 749
18	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
19	日					
20	月	体操教室	豚肉のみそ丼 小松菜のツナ和え ワンタンスープ	ぶどうゼリー	牛乳 アメリカンドッグ	669 547
21	火	イクウェル	カレーライス(シュリンプ) メンチカツ フルーツポンチ	プリン(卵抜き)	ジョア(ストロベリー) 肉まん	773 723
22	水		ご飯 栄養ひじき 蒸しゆづまい あったか汁	みかん	ピタヨーグル 麩のラスク	607 497
23	木	英語教室(フリー参観)	食パン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き クリームシチュー レタスのサラダ	バナナ	たご焼き お茶	678 550
24	金	顔見せの会 内科検診	鮭ごはん かぼちゃのサラダ 納豆汁 バナナ	ヨーグルト	アジトミルク キャラメルコーン	592 541
25	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
26	日					
27	月		ご飯 かぼちゃのごまマヨネーズ和え 関東煮 コアヨーグルト	オレンジゼリー	豆乳(ココア味) マカロニ安倍川	591 566
28	火		そばめし バリバリサラダ 明石焼き汁 カップ DE ヤクルト	ビビビチーズ	ジョア(プレーン) 動物ビスケット	560 519
29	水		ご飯 鯖の煮付け 小松菜の昆布和え 豚汁	ヤクルト せんべい	プリンアラモード	625 582
30	木	キッズダンス	ご飯 大豆ハンバーグ カニ風味サラダ かぼちゃの味噌汁	野菜ゼリー	牛乳 サッポロポテト	640 514
31	金	節分会	恵方巻 ちくわときゅうりの和え物 節分汁 みかん	バナナ	りんごジュース 鬼ちゃんケーキ	620 535

2月の行事予定

変更する場合があります

3日 りす組保護者説明会
4日 命を守る訓練
発育測定
清潔検査

6日 キッズダンス
8日 生活発表会
14日 誕生会
17日 体操教室

18日 イクウェル(フリー参観)
20日 英語教室
25日 イクウェル