



令和7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。子どもたちが元気よく登園し、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います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



*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。

*9日(金)は恒例の「かるたとり大会」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。

*9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。

*22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「すぐる」でご案内します。

*23日(金)は今年4月からの新入園児を対象にした「顔見せの会」です。ぱんだ組が歌やダンスで恒例の歓迎をします。

○本年度の「ぼく・わたしの生活発表会」について(詳細は後日ご案内)

☐ 3歳以上児(ぼんだ・うさぎ・ぞう組の順で) ⇒ 2月14日(土) 8:30~12:00

☐ 3歳未満児(ひよこ・りす組の順で) ⇒ 2月27日(金) 10:00~11:15

*園児の発達段階を考慮し、未満児の生活発表会を平日に行います。園児たちがどんなパフォーマンスを見せてくれるか楽しみです。お子様の成長を感じ取っていただきたいと思います。

★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】(保育園ホームページにも掲載)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。



厚着に注意

寒さが身にしみるこの時期、厚着になりがちです。「寒い」と感じると自律神経の働きが強まり、体温調節を促すための大事な経験になります。子どもは体温が高いので、衣服は大人より1枚少なくてもよいでしょう。気温や天候に合わせて調節ができるようにしましょう。

保育室は暖房していますので、特に厚着の必要はありませんが、着用するときは自分で脱ぎやすいものにしてください。また、ジャケットの下にベストを着用する際は、着替えがしやすいよう、スカートやズボンのつりひもの下に着用してください。

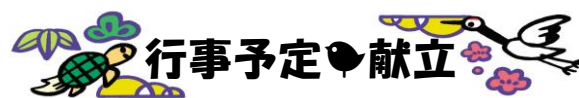
○2歳児(りす)組の保護者説明会 2月3日(火)16:00~16:30 (詳細は後日ご案内)

*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。

食育だより

鍋を囲む食卓

寒い冬に家族そろってホカホカの鍋を囲む食卓は、また格別の味わいがあります。家族そろってくつろぐことができ、いろいろな食材を食べることができます。そして、一番よいのは、野菜が豊富に食べられることです。鍋にはむずかしい決まりごとはありません。出汁をよく出すためには、肉や魚のたんぱく質が多く含まれている食品を使います。多くの食材の味が混ざった汁は、味の相乗効果があらわれます。最後に麺やご飯や餅を入れると、この上ないおいさを味わうことができますね。この時期は、食卓の準備さえできれば、みんながそろってワイワイ作りながら食べられる鍋がお勧めです。



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	木	元日				
2	金					
3	土	冬休み				
4	日					
5	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	オレンジゼリー	ジョア(ストロベリー) おにぎりせんべい	7 5 8 6 7 8
6	火	イクウェル	ご飯 鯖の味噌煮 小松菜のおひたし 沢煮椀	バナナ	ソファールヨーグルト ぱりんこ	5 1 4 4 4 7
7	水	命を守る訓練 発育測定、清潔検査	七草ごはん 鶏天 白菜とりんごのサラダ 大根の味噌汁	ヤクルト ビスケット	牛乳 おからドーナツ	7 0 8 5 9 8
8	木	英語教室	超熟ロールパン 牛乳 チリコンカン ブロッコリーのサラダ バナナ	りんごヨーグルト	焼きおにぎり お茶	6 1 6 5 0 8
9	金	かるたとり大会 スイミング(最終回)	ご飯 のりの佃煮 さわらの白菜あんかけ もやしのごま和え さつまいもの味噌汁	みかん	ヤクルト 小倉トースト	5 1 6 4 6 1
10	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 8 8 3 6 3
11	日					
12	月	成人の日				
13	火	イクウェル	カレーピラフ バリバリサラダ ビーンズスープ	桃ゼリー	牛乳 チーズ蒸しケーキ	6 6 5 5 5 1
14	水		ご飯 鯖のごま味噌焼き 切干大根のサラダ きつね汁	バナナ	ジョア(プレーン) かつばえびせん	5 6 3 4 9 9
15	木	キッズダンス	味噌ラーメン ゆかりごはん(小盛) 揚げ餃子 ほうれん草のナムル	ヤクルト せんべい	牛乳 動物ビスケット	5 9 7 5 0 4
16	金	誕生会	ちらし寿司 蒸しゅうまい スパゲティサラダ 豆腐とかまぼこのすまし汁	ぶどうヨーグルト	アジトミルク プチケーキ	8 4 3 7 3 7
17	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 8 8 3 6 3
18	日					
19	月	体操教室(午後)	ご飯 大根のべっこう煮 小松菜の昆布和え 豆腐とあけの味噌汁	ぶどうゼリー	牛乳 ベジタべる	5 2 7 4 4 0
20	火	イクウェル	カレー風味きつね丼 ちくわときゅうりの和え物 豆腐とわかめの味噌汁 みかん	ヤクルト せんべい	野菜生活(緑) 麩のラスク	5 9 5 5 5 1
21	水		ご飯 ししゃもフライ マカロニサラダ なめこ里芋の味噌汁	バナナ	ジョア(ストロベリー) あげせん	5 9 5 5 1 4
22	木	英語教室(フリー参観)	カレーライス ハンバーグ フルーツヨーグルト	コーンフレーク	ヤクルト たご焼き	6 3 2 6 0 8
23	金	顔見せの会 内科検診	ご飯 ブロッコリーと大豆のサラダ かみかみきんぴら 花切大根の味噌汁	みかん	牛乳 堅あげポテト	5 7 8 4 5 0
24	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 8 8 3 6 3
25	日					
26	月		ご飯 味噌かけおでん ひじきの和風サラダ みかん	野菜ゼリー	ジョア(プレーン) 肉まん	6 7 1 5 9 6
27	火		ご飯 鶏の唐揚げ ごぼうサラダ かぼちゃの味噌汁	バナナ	ピタヨーグル ラスク	7 1 7 5 7 8
28	水		ご飯 ささみのレモン煮 人参シリシリ 豚汁	プリン(卵抜き)	牛乳 バナナきな粉	6 5 7 5 6 7
29	木	キッズダンス	食パン(ジャム) 牛乳 ブロッコリーのサラダ ポテトコロッケ トマト卵のスープ ゴールデンキウイ	ヨーグルト	ジョア(ストロベリー) おやさいせんべい	7 2 4 6 1 8
30	金		ご飯 鶏の照り焼き 石狩鍋風汁 切り干し大根のケチャップ煮	ヤクルト せんべい	牛乳 鬼まん	7 0 1 5 8 8
31	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 8 8 3 6 3

2月の行事予定

✿変更する場合があります✿

2日 命を守る訓練
発育測定
清潔検査

3日 節分会
りす組保護者説明会

5日 キッズダンス
6日 年長チャレンジランド
12日 キッズダンス

14日 生活発表会(以上児)
16日 体操教室
17日 イクウェル(フリー参観)

18日 年長消防体験
19日 英語教室
20日 誕生会

24日 イクウェル
26日 英語教室
27日 生活発表会(未満児)

