



令和6年12月24日

小野こども園

もうすぐ、2025年巳年の新しい一年の始まりです。
子どもたちの元気な新年の挨拶で新しい年がスタートし、それぞれが、進級、進学を意識する頃でもあります。
年が明けて初めての登所の日には、初詣に行ったり、カルタ取りや凧揚げ・すごろくなどの遊びを楽しんだり、楽しかった休み中の話で持ちきりになることでしょう。
1月は、園でもお正月の遊びを楽しんだり、寒さに負けない身体づくりをしたりして、元気に過ごしていきたいと思います。
職員一同、一人一人の子どもをしっかりと受け止め、見守り、子どもの成長を援助していきたいと思います。来年もよろしくお願いいたします。

1月 保育のねらい

- ★冬の生活を快適に過ごせるように、安全で落ち着いた環境をつくる。
- ★寒さに負けず元気に遊ぶ。
- ★友だちと正月遊びを楽しむ。
- ★冬の自然現象や動植物の変化に興味を持つ。



- 4日(土) 希望者保育
- 6日(月) 保育園部保育はじめ
- 9日(木) 5才児すてっぷ教室
- 10日(金) 幼稚園部3学期開始
- 17日(金) 1月生まれの誕生会
- 20日(月) 身体計測
- 24日(金) 避難訓練



- ☆ 新年を迎えるにあたって、上靴、遊び着、コップ、おしぼりなどの持ち物を綺麗に洗ってピカピカにしましょう。また、名前は消えかかっていませんか？今一度、確認してみてください。
- ☆ 今年もあと少しとなりました。自分たちのロッカーや靴箱など、日頃使っているところを、子どもたちと一緒に大掃除しました。おうちでも、気持ちよく新しい年を迎えるために、子どもたちと一緒におもちゃの整理整頓や拭き掃除などをしてみてください。子どもたちの活躍がみられるかもしれませんね。



- | | | |
|--------|---------|-----------|
| 12日(水) | 生活発表会予行 | 0,1,2,4才児 |
| 13日(木) | // | 3,5才児 |
| 21日(金) | 生活発表会 | 0,1,2,4才児 |
| 22日(土) | // | 3,5才児 |

※発表会は両日とも午前中に終わります。

お兄ちゃん、お姉ちゃんのいるご家庭は インフルエンザの出席停止期間 の違いにご注意を！

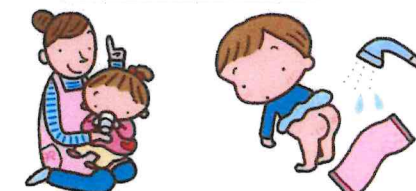
インフルエンザにかかると体力を消耗しますし、熱が下がってからも、しばらくは人にうつす可能性があります。小さい子どもほど抵抗力が弱く、感染症にかかりやすいため、園では「解熱後3日」、小学校以上では「解熱後2日」と、休み期間が違います(かつ、発熱後5日間はどちらも出席停止)。園児のほうが発熱後の出席停止期間が長いので、かかりつけのお医者さんの指示を守って、しっかり体力を回復させてあげましょう。



冬場に多いおう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



吐き気が治ったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

1月の給食だより

たんぱく質がポイント 体を温める食材で冬もポカポカ

寒いこの季節には、体を温める食材を積極的に食べましょう。
体を温めるには、まず主菜となるおかずに、肉、魚、卵、大豆製品など、良質なたんぱく質を豊富に含む食材をしっかりと取り入れること。野菜では、しょうが、ねぎ、たまねぎ、こまつな、にんじん、かぼちゃなどが体を温めてくれます。みそ汁やスープ、シチューにしょうがを加えるのもおすすめ。毎日の食事に生かして、体がポカポカになる食事を作りましょう。

おもちをのどに詰まらせないように！

おもちを食べる機会が多い季節。おもちをのどに詰まらせる窒息事故には気をつけたいものです。窒息事故は、6歳以下の幼児と60歳以上の高齢者で多く発生しています。おもちをひと口で食べられるサイズにしておく、食べる前に水や汁物を飲んで口の中やのどをぬらし、滑りをよくしておくなどの注意がひつようです。おもちの表面の粘りけが強いと詰まりやすいため、きな粉をまぶしたり、汁につけたりして食べるのがベターです。



<< 1月 >> *給食献立予定表*

日曜	給食献立名	材 料			
		血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーのもと	その他
4土	おかず入り弁当	豚ミンチ 豆腐 卵	人参 玉葱 エリンギ 青葱	片栗粉 胡麻油	中華だし 醤油
6月	わかめの酢の物	ハム 生わかめ	胡瓜 土生姜	砂糖 胡麻	酢 塩 コショウ
7火	焼き魚	サケ	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん	糸こんにゃく	塩
8火	五目金平 果物	油揚げ 竹輪	ブロッコリー バナナ	砂糖 胡麻 油	和風だし 醤油
9水	ひじきメンチカツ 黒豆煮	鶏ミンチ ひじき 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	油 小麦粉 パン粉	ソース 醤油
10水	春雨サラダ	ハム 黒大豆	胡瓜 キャベツ	春雨 マヨネーズ 砂糖	塩 コショウ
11木	大豆の五目煮 ふりかけ	鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 土牛蒡 蓮根 いんげん	板こんにゃく	和風だし 醤油
12木	ツナもやし和え	ツナ	胡瓜 もやし コーン 大根	砂糖 胡麻油	酢 みりん
13金	コーンカレー ゆで卵	鶏肉	人参 玉葱 コーン 福神漬	じゃが芋	カレールー コショウ
14金	福神漬け 果物	卵 魚肉ソーセージ	ブロッコリー りんご		
15土	お好み焼き 果物	豚ミンチ 卵 粉かつお	人参 キャベツ 青葱	お好み焼き粉 油	ソース
16土	魚のフライ チーズ	メルルーサ	人参 キャベツ 胡瓜	板こんにゃく 砂糖	和風だし 醤油
17火	ポテトサラダ	ハム	ブロッコリー コーン	小麦粉 パン粉 油	ソース
18水	オムレツ	ウインナー 卵 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	じゃが芋 マヨネーズ	コショウ 塩
19水	じゃが芋の金平 果物		いんげん バナナ	砂糖 油	ケチャップ 塩 コショウ
20木	炒り豆腐	鶏ミンチ 竹輪 豆腐	人参 玉葱 削牛蒡 青葱	じゃが芋 胡麻	醤油 和風だし
21木	ほうれん草とツナのサラダ 果物	ツナ ひじき	ほうれん草 コーン みかん	板こんにゃく 砂糖	和風だし 塩
22金	ハヤシライス ゆで卵	豚肉 卵	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー	じゃが芋	ハヤシライスルー
23金	マセドアンサラダ	ヨーグルト	コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜	マヨネーズ 砂糖	塩 コショウ
24土	ミートスパゲティ ゆで卵	鶏ミンチ 卵	人参 玉葱 カットマト	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
25土	温野菜 果物		ブロッコリー 胡瓜 パイン缶	じゃが芋 マヨネーズ	塩 コショウ
26月	高野豆腐の卵とじ	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野	人参 玉葱 青葱	じゃが芋 砂糖	和風だし 醤油
27月	ひじきの酢の物 果物	ハム 生ひじき	胡瓜 コーン バナナ	胡麻	塩 酢
28火	煮魚	サバ 生わかめ	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー	砂糖	醤油 みりん
29火	豆腐汁	豆腐 油揚げ 味噌	大根		和風だし
30火	ハンバーグ	鶏ミンチ 豆腐	人参 玉葱 トマトピューレ	パン粉 砂糖	ケチャップ ソース
31水	じゃが芋とブロッコリーのサラダ 果物	ハム	コーン ブロッコリー バナナ	じゃが芋 マヨネーズ	塩 コショウ 醤油
1月	クリームシュウ 胡麻昆布	鶏肉 胡麻昆布	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー	じゃが芋	シチュールー コショウ
2月	春雨の酢の物	ハム 生わかめ	胡瓜	砂糖 胡麻 春雨	酢 醤油
3月	チャーハン	豚肉 卵	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー		醤油 塩
4金	スープ 果物	生わかめ	しめじ もやし みかん		中華だし
5土	チキンライス ゆで卵	ウインナー 卵	人参 玉葱 ブロッコリー しめじ		コンソメ ケチャップ
6土	スープ 果物	鶏肉	キャベツ もやし コーン パイン缶		塩 コショウ
7月	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー	片栗粉 天ぷら粉	塩 コショウ 醤油
8月	イタリアンスパゲティ 果物	ハム	しめじ カットマト オレンジ	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
9火	豚肉と厚揚げの味噌炒め	豚肉 絹厚揚げ 竹輪 味噌	人参 大根 いんげん しめじ	砂糖 板こんにゃく	和風だし 醤油
10火	もずくのシャキシャキサラダ	カニカマ もずく	胡瓜 コーン キャベツ	胡麻油	酢
11水	さつま揚げ チーズ	すり身 チーズ	人参 玉葱 枝豆 ブロッコリー	油 パン粉	酢 醤油
12水	大豆と春雨のサラダ	ツナ 大豆	胡瓜 コーン	春雨 砂糖	
13木	卵入りひじきの炒り煮	豚肉 生ひじき 卵 大豆 竹輪	人参 蓮根 いんげん	板こんにゃく 砂糖	和風だし
14木	ポパイサラダ 果物	ウインナー 油揚げ	ほうれん草 コーン バナナ	マヨネーズ	醤油
15金	八宝菜 ゆで卵	豚肉 かまぼこ	人参 玉葱 青梗菜	片栗粉	中華だし コショウ
16金	大学芋 海苔佃煮	卵 海苔佃煮	エリンギ キャベツ	油 さつま芋	塩
手作りおやつ		ケーキ クッキー			

※3・4・5歳児は、6日(月)に白米(150g)持参してください。

10日(金)、24日(金)は持参した白米を使用しますので、白いご飯はいりません。

※0・1・2歳児の10時のおやつには牛乳、全園児の15時のおやつにはスキムミルクを提供します。
尚、手作りおやつの日はお茶になります。

※果物は都合により、変更する場合があります。