



令和7年1月27日

小野こども園

朝晩の冷え込みが厳しく、一年で一番寒い季節を迎えています。
暦の上ではもうすぐ春ですが、暖かい春の日差しは、まだ少し遠いようです。戸外へ
出ると吐く息が白く、寒さを実感します。でも、子どもたちは、寒さに負けず白い息
を弾ませながら、友だちと元気いっぱい走り回って遊んでいます。室内では、発表
会に向けて取り組んでいます。2月に計画しております生活発表会では、ひと回り大
きくなった姿を見せてくれることでしょう。
まだまだ寒い日が続きますが、感染対策をしっかりと行い、規則正しい生活を見直し
て、元気に過ごしていきたいと思います。

2月 保育のねらい

- ★子ども同士で自主的に活動し、満足感が味わえるように環境を整え、見守
ったり励ましたりする。
- ★寒さに負けず元気に遊ぶ。
- ★冬の自然現象に興味や関心をもつ。



- 3日(月) 豆まき
12日(水) 発表会予行 9時～【ひよこ・あひる・ひまわり・ちゅうりっぷ】
13日(木) // 【りす・うさぎ・ゆき・ほし】
※発表会の日と同じ服装(半ズボン、白いソックス、スモック)
※5歳児は、両クラス共の合奏に出演します。
18日(火) 身体計測
21日(金) 生活発表会 【9:00 ひよこ・ 9:50 あひる
10:40 ひまわり・11:40 ちゅうりっぷ】
22日(土) // 【9:00 りす・10:00 うさぎ・11:00 ゆき・12:20 ほし】
(状況により変更あり)
25日(火) 避難訓練
26日(水) 誕生会
27日(木) すてっぴ教室



- ☆ バレンタインデーが近くなりました。例年、チョコレートやクッキーなど
を持って来て、友だちに渡そうとしている姿が見られますが、もらえない子
どもがいることから、こども園での受け渡しは禁止とさせていただきます。
ご了承ください。
- ☆ 佐伯先生が、育休明けで1月より復帰しています。



- 2日(日) 陣屋まつり 5才児参加(詳細後日)
11日(火) お別れ遠足(おかず入り弁当です)
13日(木) 5才児すてっぴ教室参観
22日(土) 卒園式
26日(水) 幼稚園部春休み開始(4月9日まで)
※29日(土)、31日(月)は準備のため希望保育と
なります。



おなかの かぜに注意しましょう

急なおう吐や激しい下痢を起こすノロウイルス
は、吐いた物(おう吐物)などから感染します。
感染力がとても強いので、おう吐物が残ってい
ると、乾いて飛び散り、感染が広がることもあ
ります。おう吐物はきれいに除去し、塩素系消
毒液でしっかり消毒しましょう。



ご家庭で胃腸炎の症
状のある方がいる場
合は、保育者にお知
らせください

白っぽいうんちに 気をつけて

米のとぎ汁のような白い下痢便が出たときは「ロタウ
イルス感染症」の可能性も。ロタウイルス感染症に
なると、ひどい下痢のために、水分をとっていても水
分不足(脱水)になってしまうことがあります。



・・・脱水のサイン・・・

元気がなく、
あやしても笑わない

おしっこの量が
少ない

泣き方が弱い、
涙が出ない

よたれが少ない
(口の中が乾ききみ)

など

これらのサインが1つでもあったら、すぐ病院へ!

2月の給食だより

今年も節分の季節がやってきました。

寒さや乾燥が続く時期ですので、インフルエンザなどの感染症や風邪に負けないように栄養がある食事を食べて元気に過ごしましょう！

「節分いわし」とは？

2月3日の節分には魔除けや厄除け、邪気を払うなどの意味合いを込めて、イワシを飾ったり、食べたり、焼く習慣があります。
給食でも、無病息災を願ってイワシを取り入れています！

飾る	とがったトゲのある柊(ひいらぎ)と鬼が嫌がる匂いのイワシを組み合わせることで、鬼が家に入らないようにする魔除けの意味合いがあります。
焼く	イワシを焼くときにでる煙と強い臭いは、邪気を追い払うという魔除け・厄払いの意味があります。
食べる	主に西日本や一部の地域では、イワシを食べて、体の中の邪気を追い払うという風習があります。

「畑のお肉」大豆のおはなし

大豆は「畑の肉」と言われるように、肉にも匹敵する良質なタンパク質が多く含まれています。しかもそのタンパク質は、体へ取り込まれると約95%が吸収され、活発に働いてくれます。このほか、食物繊維やカルシウムなども豊富に含む優れたもの。私たちの身近にはたくさん大豆製品があります。毎日の食事に、積極的に取り入れていきましょう！

熱があるときの食事

以前は、食欲が回復するまでは、食事を控えることが一般的でしたが、体力を消耗するため、現在では可能な範囲で、食事を口にすることが勧められています。

・まずは子ども用イオン飲料や、ビタミンが豊富なダイコンやニンジンなどを水で煮込んだ上澄みスープなどを。
・食事は、エネルギーやタンパク質が高く、消化のよい物を。卵雑炊やポタージュ、ヨーグルト、煮込みうどんなどでもよい。

無理に食事をとらせたりせず、可能な範囲で進めます。

<< 2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
1土	出汁茶漬け 卵焼き かき揚げ 果物	鶏むね肉 卵 竹輪	人参 しめじ 青葱 玉葱 パイン缶	米 砂糖 油 天ぷら粉	和風だし 醤油 みりん 塩
3月	イワシのトマカば 味噌汁 果物	イワシ 豆腐 油揚げ 味噌	トマト ブロッコリー 人参 玉葱 えのき 青葱 りんご	砂糖 油 パン粉 小麦粉	醤油 みりん 和風だし 塩
4火	コーンカレー ゆで卵 福神漬け 果物	鶏肉 卵 魚肉ソーセージ	人参 玉葱 コーン 福神漬け ブロッコリー オレンジ	じゃが芋	カレールー 塩 コショウ ソース
5水	ポークビーンズ のりたま ツナもやし和え	豚肉 大豆 卵 ツナ	人参 玉葱 茄子 カットマト 胡瓜 もやし コーン ブロッコリー	じゃが芋 砂糖 胡麻油	ケチャップ コンソメ 酢 醤油
6木	ひじきメンチカツ 春雨サラダ 果物	鶏ミンチ ひじき 豆腐 ハム	人参 玉葱 ブロッコリー 胡瓜 キャベツ パナナ	油 小麦粉 パン粉 春雨 マヨネーズ	ソース 塩 コショウ
7金	マーボ豆腐 ゆで卵 わかめの酢の物 チーズ	豚ミンチ 豆腐 卵 ハム 生わかめ チーズ	人参 玉葱 エリンギ 青葱 土生姜 胡瓜	片栗粉 胡麻 砂糖	中華だし コショウ 酢 塩 醤油
8土	そば飯 ゆで卵 味噌汁 果物	豚ミンチ 粉かつお 竹輪 卵 油揚げ 豆腐 生わかめ 味噌	人参 キャベツ 玉葱 青葱 パイン缶	米 そば玉	ソース 塩 コショウ 和風だし 醤油
10月	ハンバーグ フライドポテト コロコロサラダ 果物	鶏ミンチ 豆腐 ハム	人参 玉葱 トマトピューレ コーン ブロッコリー りんご	パン粉 砂糖 油 じゃが芋 マヨネーズ	ケチャップ ソース 塩 コショウ 醤油
12水	玉子焼き じゃが芋の金平 果物	鶏ミンチ 卵 豆腐	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー いんげん パナナ	じゃが芋 片栗粉 胡麻 砂糖	和風だし みりん 醤油
13木	炒り豆腐 ほうれん草とツナのサラダ	鶏ミンチ 竹輪 豆腐 ツナ ひじき	人参 玉葱 削牛蒡 青葱 ほうれん草 コーン	板こんにやく 砂糖 マヨネーズ	和風だし 塩 醤油 コショウ
14金	魚のフライ 黒豆 マカロニサラダ 果物	メルルーサ 黒豆 ハム	人参 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー オレンジ	小麦粉 パン粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ 油	コショウ 塩 醤油 ソース
15土	きつねうどん ゆで卵 天ぷら 果物	油揚げ 卵 竹輪 鶏むね肉	人参 しめじ 青葱 さつま芋 パイン缶	うどん 砂糖 天ぷら粉 油	和風だし 醤油 みりん 塩
17月	焼き魚 五目金平 果物	サワラ 油揚げ 竹輪	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん ブロッコリー パナナ	系こんにやく 砂糖 胡麻 油	和風だし 醤油
18火	高野豆腐の卵とじ 胡麻昆布 ひじきの酢の物	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野 ハム 生ひじき 胡麻昆布	人参 玉葱 青葱 胡瓜 コーン	じゃが芋 砂糖 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
19水	ハヤシライス チーズ マセドアンサラダ	豚肉 チーズ ヨーグルト	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖	ハヤシライスルー 塩 コショウ
20木	醤油まぶし鮭ごはん 豚汁 竹輪の天ぷら 果物	サケ 豚肉 豆腐 油揚げ 味噌 竹輪	人参 大根 削牛蒡 しめじ 青葱 玉葱 りんご	胡麻 油 天ぷら粉	みりん 醤油 和風だし 塩
21金	鶏肉の唐揚げ イタリアンスパゲティ 果物	鶏肉 ハム	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー しめじ カットマト 不知火	片栗粉 天ぷら粉 スパゲティ 油	塩 コショウ 醤油 コンソメ ケチャップ
22土	チキンライス ゆで卵 スープ 果物	ウインナー ゆで卵	人参 玉葱 ブロッコリー しめじ キャベツ もやし コーン パイン缶	米	コンソメ ケチャップ 塩 コショウ
25火	卵入りひじきの炒り煮 ポパイサラダ 果物	豚肉 生ひじき 卵 大豆 ウインナー 油揚げ 竹輪	人参 蓮根 いんげん ほうれん草 コーン パナナ	板こんにやく 砂糖 マヨネーズ	和風だし みりん 醤油
26水	さつま揚げ もずくのシャキシャキサラダ	すり身 カニカマ もずく	人参 玉葱 枝豆 ブロッコリー 胡瓜 コーン キャベツ	油 パン粉 胡麻油 砂糖	酢 塩 醤油
27木	豚肉と厚揚げの味噌炒め 春雨の酢の物 果物	豚肉 絹厚揚げ 竹輪 味噌 ハム	人参 玉葱 いんげん しめじ 胡瓜 大根 不知火	砂糖 板こんにやく 春雨 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
28金	八宝菜 ゆで卵 芋天 海苔佃煮	豚肉 かまぼこ 卵 海苔佃煮	人参 玉葱 青梗菜 エリンギ 白菜	片栗粉 油 さつま芋 天ぷら粉	中華だし コショウ 塩
	手作りおやつ	恵方巻(ポン菓子)	豆腐みたらし	おからクッキー	アメリカンソフトクッキー

※3・4・5歳児は、3日(月)に白米(150g)持参してください。
4日(火)、20日(木)に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。