



令和7年12月24日

小野こども園

もうすぐ、2026年午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園の日には、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。



- 5日(月) 保育園部保育はじめ
- 13日(火) 幼稚園部3学期開始
- 15日(木) 5才児すてっぴ教室
- 16日(金) 1月生まれの誕生会
- 20日(火) 身体計測
- 23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。

♡ 野瀬先生が出産しました ♡

おめでとう

♡ 5才児担任の水口先生が、結婚しました ♡



- 12日(木) 生活発表会予行 0,1,2,4才児
- 13日(金) // 3,5才児
- 20日(金) 生活発表会 0,1,2,4才児
- 21日(土) // 3,5才児
- 26日(木) 5才児すてっぴ教室参観

※土曜日の5才児の終了は、13時半頃となります。



甘えることって、とっても大事

アタッチメントを知っていますか？

抱っこされたり、なでられたりすると、赤ちゃんや子どもの脳内にはオキシトシンなどの幸せホルモンが湧き立ちます。その「とても心地よい状態」のときに、いつも見聞きする「やさしい声」や「笑顔」が結びついて、アタッチメント(愛着関係)が作られます。子どもはその関係をベースに、外の世界の探索を始めます。赤ちゃんの時期を卒業しても、子どもが不安そうなときは、いつでもぎゅっと抱きしめてあげてください。

愛着関係があるから、少し離れても大丈夫





1月の給食だより



今年も残すところあと数日。年末年始はどのように過ごされるでしょうか。おいしいものが出回り、ついたくさん食べ過ぎてしまったり、夜更かしをしてしまったり…。生活リズムが大きく乱れると元に戻るのが難しくなり、体調を崩す原因になります。食べ過ぎたら胃腸を休める・寒さに負けず外で遊んで体を動かす・湯船につかって体を温めるなど、ちょっと気をつけて過ごしてみてください。

年明けには、元気な子どもたちの声が聞けるのを楽しみにしています。

たくさんの願いを込めた おせち料理

数の子
数の子のたくさんの卵に、子孫繁栄の願いを込めた。

なます
色の白いダイコンのように清らかな生活を願って。大地に根を張るダイコンのように家の土台がしっかりして栄えるようにという願いも。

エビ
エビの背のように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いを込めた。

昆布巻き
「昆布」を「よろこぶ」とかけ、おめでたい物とされた。

田作り
昔、田んぼの肥料にしたコイワシを干した物。稲の豊作を願って「田作り」という名前に。

黒豆
家族みんながまめまめしく働き、元気に過ごせるようにとの願いを込めた。

伊達巻き
昔の巻物にかけ、文化の発展を願う。

きんとん
金団と書き、財宝という意味。豊かな生活が送れますようにとの願いを込めた。

※おせち料理の意味や由来は諸説あります。

気をつけよう！ おもちを食べるとき

おもちはくっつきやすく、かみ切りにくい食べ物。かんで飲み込む力の弱い乳幼児は注意が必要です。おもちを食べる機会の多いお正月、子どもが食べる場合は、以下のようなことに気をつけましょう。

- おもちを小さく切るなど、食べやすい大きさにする
- 食べる前にお茶や汁物を飲んでのどを潤しておく
- 少量ずつ口に入れ、よくかんでから飲み込む
- 食事中は歩き回らない、横にならない
- 必ず大人と一緒に食べ、食べている間、大人は目を離さない



みんな大好き カレーの日

1月22日はカレーの日。全国学校栄養士協議会が「子どもに人気のカレーを学校給食に」と呼びかけたことから制定されました。カレーはたくさんのスパイスから作られていますが、中には漢方薬として用いられるほど、健康効果が期待できる物も。寒い冬には、野菜たっぷりカレーはいかがでしょう。

代表的なスパイス

(色の素となる) ターメリック
唾液や胃液の分泌を促し、胃を保護する。

(香りの素となる) クミン
消化を助ける効果がある。

(辛味の素となる) 唐辛子
体を温め、食欲増進の効果がある。

<< 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
5月	マーボ豆腐 ゆで卵	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 コショウ
月	わかめの酢の物 果物	生わかめ ハム	胡瓜 土生姜 コーン パナナ	砂糖 胡麻	醤油 酢 塩
6	オムレツ チーズ	ウインナー 卵 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	じゃが芋 片栗粉	和風だし みりん
火	じゃが芋の金平	チーズ	いんげん	胡麻 砂糖	醤油 ケチャップ
7	煮魚	サワラ 生わかめ	人参 玉葱 ブロッコリー	砂糖	醤油 みりん
水	豆腐汁 果物	豆腐 油揚げ 味噌	しめじ 青葱 りんご		和風だし 塩
8	クリームシチュー	鶏肉	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー	じゃが芋	シチュールー コンソメ
木	もずくのシャキシャキサラダ	カニカマ もずく	胡瓜 キャベツ コーン	砂糖 胡麻油	酢 醤油 塩
9	炒り豆腐 果物	鶏ミンチ 竹輪 豆腐	人参 玉葱 削牛蒡 青葱	板こんにやく 砂糖	和風だし 塩
金	ほうれん草とツナのサラダ	ツナ ひじき	ほうれん草 コーン パナナ	マヨネーズ	醤油 コショウ
10	ナポリタンスパゲティ	ウインナー	人参 玉葱 しめじ カットマト	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
土	ゆで卵 果物	卵	ブロッコリー パイン缶	砂糖	塩 コショウ
13	豚肉と厚揚げの味噌炒め	豚肉 絹厚揚げ 竹輪	人参 玉葱 いんげん 茄子	砂糖 板こんにやく	和風だし 醤油
火	春雨の酢の物	ハム 生わかめ 味噌	胡瓜 しめじ	春雨 胡麻	塩 酢 みりん
14	魚のフライ	タラ	人参 ブロッコリー	油 パン粉 小麦粉	ソース
水	マカロニサラダ 果物	ハム	胡瓜 キャベツ みかん	マカロニ マヨネーズ	塩 コショウ
15	大豆の五目煮 胡麻昆布	鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 土牛蒡 蓮根 いんげん	板こんにやく	和風だし 醤油
木	ツナもやし和え 果物	ツナ 大豆 胡麻昆布	胡瓜 もやし コーン 大根 パナナ	砂糖 胡麻油	酢 醤油 塩
16	ハヤシライス	豚肉	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
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
17	そば飯 ゆで卵	豚ミンチ 竹輪 卵	人参 キャベツ もやし	そば玉 米	ソース 塩 コショウ
土	味噌汁 果物	豆腐 生わかめ	玉葱 青葱 パイン缶		和風だし 醤油
19	ひじきメンチ	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
月	五目金平	油揚げ 竹輪	蓮根 大根 いんげん りんご	砂糖 胡麻 糸こんにやく	和風だし 醤油
20	鯖ごはん	サバ 青海苔	人参 玉葱 大根 青葱	胡麻	
火	味噌汁 果物	油揚げ 味噌 豆腐	しめじ みかん		和風だし
21	高野豆腐の卵とじ ふりかけ	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
水	ひじきの酢の物	ハム 生ひじき ふりかけ	胡瓜 コーン	胡麻	塩 酢
22	さつま揚げ 黒豆煮	すり身 黒豆	人参 玉葱 枝豆 ブロッコリー	油 パン粉 さつま芋	醤油 酢 塩
木	大根とわかめのサラダ 果物	ハム 生わかめ	大根 キャベツ パナナ	砂糖 胡麻油	醤油 酢 塩
23	ハンバーグ チーズ	鶏ミンチ 豆腐 チーズ	人参 玉葱 ブロッコリー	パン粉 砂糖	ケチャップ ソース
金	春雨サラダ	ハム	胡瓜 キャベツ	春雨 マヨネーズ	塩 コショウ
24	おにぎり ウインナー	ウインナー 卵	人参 玉葱 青葱 しめじ	米	みりん 醤油
土	味噌汁 卵焼き 果物	味噌 豆腐 生わかめ	ブロッコリー パイン缶		塩 和風だし
26	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
月	福神漬け 果物	卵	ブロッコリー パナナ	コショウ ソース	
27	甘辛カツ	マグロ	人参	小麦粉 パン粉 油	みりん
火	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 みかん	じゃが芋 マヨネーズ	塩 コショウ 醤油
28	卵入りひじきの炒り煮	豚肉 生ひじき 大豆 竹輪	人参 蓮根 いんげん	板こんにやく 砂糖	和風だし みりん
水	ポパイサラダ	ウインナー 油揚げ 卵	ほうれん草 コーン	マヨネーズ	醤油
29	八宝菜 海苔佃煮	豚肉 かまぼこ	人参 玉葱 青梗菜	片栗粉	中華だし コショウ
木	大学芋 ゆで卵 果物	卵 海苔佃煮	エリンギ キャベツ パナナ	油 さつま芋	塩
30	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
金	イタリアンスパゲティ	ハム	しめじ カットマト	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
31	五目うどん	鶏肉 油揚げ	人参 しめじ 青葱	うどん 砂糖 油	和風だし 醤油
土	ゆで卵 果物	卵 生わかめ	パイン缶	塩 みりん	
手作りおやつ		おはぎ	クッキー	ケーキ	

※3・4・5歳児は、5日(月)に白米(150g)持参してください。

幼稚園部の方は、13日(火)に白米持参をお願いします。

20日(火)、26日(月)に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。