

今年ももう12月。寒さが増してきましたが、子ども達は園内や園庭で元気に遊んでいます。1・2学期の活動を経験した子どもたちは、自分で考えて行動したり、協力し合ったりすることの大切さ、楽しさにも気づいてきたようです。「キラキラはっぴょうかい」に向けた活動の中でも、子ども達の育ちが様々な形で表れ始めています。

12月は、クリスマス、餅つきなど園内でも多くの行事が行われます。今年はずでに、様々な病気が流行しています。子ども達が元気に楽しく園生活を送れるよう、体調の変化には十分に気をつけて登園しましょう。

理事長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
☆以上児とは、3・4・5歳児クラスのことです。						
2 体育教室 (年中年長)	3 発育測定	4 鼓隊指導 (年中)	5	6 防犯訓練 CM撮影 (年長児制服着用)	7	8
9 避難訓練	10 誕生会 (10時半～)	11 もちつき	12	13 交通安全指導	14	15
16 スイミング (年長)	17 懇談会	18 クリスマス会	19 さくらんぼ クラス	20 終業式(午前保育) (以上児制服着用) 特別保育申込み締切日	21	22
23 冬休み (1号認定)	24	25	26	27	28	29 (1/7まで)
30 年末年始 (1/3まで)	31	今後の予定 1/8日(水) 始業式(午前保育・以上児制服着用) 3/16日(月) 卒園式(以上児)				

スナップ写真販売 2日まで 現在インターネットで販売しております「2学期スナップ写真」ですが、販売期間が間もなく終了となります。まだご覧になられていない方はお早めにご確認ください。詳しくは以前配布しました「2学期の写真販売について」をご確認ください。

BBT CM 撮影(年長児) 6日制服着用

年始にBBTのCMで放送されるCM撮影が午後より行われます。撮影対象児は年長さく組さんです。年長さんは制服で登園してください。

誕生会 10日

12月生まれの友だちのお誕生会を行います。誕生児の保護者の方は、10:20までにおいでください。



もちつき 11日

臼と杵を使って、もちつきをします。お昼は通常通り給食がでますので**以上児さんは主食を忘れずに持たせてください。**



クリスマス会 18日

子どもたちの手作り飾りでクリスマスムードになったお遊戯室に全園児が揃いクリスマス会を行います。今年もサンタさんが来てくれるかな?どんなプレゼントを持ってくるのかとても楽しみです。



懇談会 17日~19日

2学期を終え、担任とお子さんの様子について話し合う時間を設けます。希望時間を調整した時間割り等のおたよりを、後日配布しますのでご確認ください。

終業式 20日以上児制服着用

2学期の終業式です。行事の多かった2学期も、この日で無事に終了します。
※1号認定のお子さんは午前保育です

~おしらせ~

この度、鷹寺学園内の職員適正配置の都合により、は第三あおい幼稚園へ異動となりました。年度途中の異動に、ご理解くださいますようお願いいたします。



いよいよ2学期最後の月となりました。

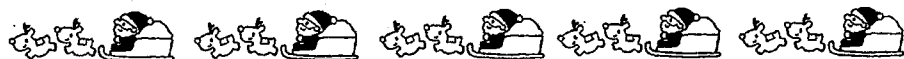
今学期は、運動会、作品展、発表会と多くの行事があり、それらの経験を通して、子どもたちの成長する姿を見ることが出来ました。

◎保護者の皆さんと共に…

各園が発表会を行います。(あおい、第三あおいは11月30日に終了)
子どもたちが自己表現を発表する場として行ってきた、発表会を含めた活動の数々。得意なことを張り切っている姿は微笑ましいものです。同時に困難なこと、苦手なことを克服しようと努力する姿も尊いものです。
行事に向かう子どもたちには、その両方の姿を見る事が出来ます。
ご家庭でお子さんを見守ってきて下さった保護者の皆様にも、それを感じて頂ければ…と思っております。

保護者の皆様には、出来映え、結果だけを見るのではなく、これまで積み重ねてきた過程を大切にしていきたいと思えます。
又、「上手下手」や「誰かと比べる」のではなく、一人ひとりの成長を見守り、私たち教職員と保護者の皆様とが「感動を共感する」間柄でありたいと願っております。

子どもたちの持っている素晴らしい「可能性」を、より大きく広げ、日々の活動に意欲的に取り組めることが出来るよう、保護者の皆様と共に子どもたちの成長を応援し、見守りたいと思えます。



◎12月の行事

各園ともクリスマス会やお餅つきなどの行事が園内で行われます。
その中で、日本の伝統的な行事や文化のすばらしさの一端を、子どもたちに伝えていけたら良いと思っています。
そして何より、子どもたちの「楽しかった」の聲が聞けるように、笑顔が沢山見られるように、活動を計画しています。

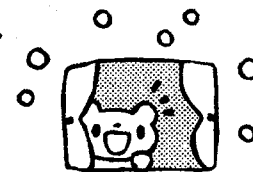


◎幼稚園における宗教的教育について

当園では、仏教的情操教育を行っております。
その目的は、園児に「命の尊さ・友だちを思いやる心」などの一人の人間として成長するための基礎部分を育てたいという思いからです。
決して特定の宗教を教え込むものではありません。
「仏教園なのにクリスマス？」と思われるかも知れませんが、すでに国民的行事となっているクリスマスは、子どもが喜び、楽しさを味わう一つの機会です。
園児が楽しく過ごせるよう実施しております。

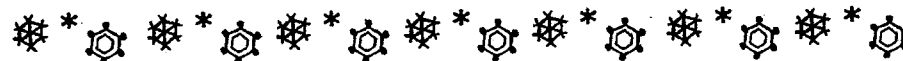
◎こどもたちの健康を守るために

冬の健康生活に必要な手洗い、うがい等の習慣は、寒いとおっくうになりがちですが、守るよう言葉がけをしましょう。
園では、子どもたち自身の健康管理と、一緒に過ごすお友だちとの関係にも意識を持って欲しいと思っています。
マスクをしなさい。手を洗いなさい。とだけ言うのではなく「マスクをするのはなぜ?」「手を洗うのはなぜ?」等の、理由を伝える事で、納得して行動出来るようになるのではないのでしょうか。
自分で考え行動出来るよう促すのも、大人のつとめです。



◎保育料について

12月20日(金)に引き落としとなります。





12月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和元年12月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

月	火	水	木	金	土
2 (卵・乳・小麦なし)	3 ◎きときとの日	4	5	6	7
(ごはん) 幼児ぶどう えびタイム いかのかりん揚げ(未満児:白身魚) 青菜のコーン和え 里芋のみそ汁	(ごはん) 牛乳 ソフトせんべい ポイルウインナー さつま芋サラダ 白菜入りシチュー	(ごはん) 牛乳 たべっこBABY ハンバーグ スティックきゅうり わかめスープ	(ごはん) 牛乳 小麦胚芽のクラッカー チンジャオロース パンサンスー 中華スープ	(ごはん) 牛乳 きなこもち いわしの梅煮 はりはり漬け せんべい汁	(パン) おさかなのウインナー ピピピチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児りんご・お菓子
こども充実野菜・芋けんぴ(お子様せんべい)	牛乳・黒糖サラダアーモンド(たまごボーロ)	牛乳・北の卵サブレ	牛乳・玉ねぎおかき	☆ヨーグルトあえ	幼児りんご・お菓子
9	10 ●誕生会	11	12	13	14
(ごはん) ヨーグルト かぼちゃコロッケ 人参サラダ チンゲン菜のスープ	(ごはん) 牛乳 どうぶつっ子のゆめ ピピンパ 鮭の塩焼き ワカメとえのきのみそ汁 みかんクレープ	(ごはん) 牛乳 Caウエハース ポトフ 青菜の炒り卵和え みかん	(バターロール) 牛乳 パナナ オムレツ スパゲッティサラダ コンソメスープ	(ごはん) 白桃缶 さばの味噌煮 三色和え 油揚げとわかめのみそ汁	(パン) 魚肉ソーセージ キャンディーチーズ ゼリー・幼児牛乳 野菜ジュース・お菓子
牛乳・ほかうけ	牛乳・かっぱえびせん	牛乳・おにぎりせんべい	かぼちゃプリン	牛乳・ポンデケーキ	野菜ジュース・お菓子
16 (卵・乳・小麦なし)	17 ◎きときとの日	18 ●クリスマス会	19	20	21
(ごはん) 幼児りんご むらさきももせんべい 豚肉のすき焼き煮 大根とコーンの甘酢漬け りんごゼリー	(ごはん) 牛乳 マナウエファー ちゃんこ汁 ブロッコリーとさつま芋のごま和え みかん	細巻き 牛乳 アンパンマンのペーゼん 鶏のから揚げ・ポテト ぼてちっちサラダ ワタンスープ クリスマスケーキ	(ごはん) 牛乳 がんばれ! 野菜家談 大根と厚揚げのみそ煮 チンゲン菜とツナのごま和え 型抜きチーズ	(ごはん) 牛乳 ルヴァン わかさぎフリッター かぼちゃと小豆のいとこ煮 貝だくさん汁	(パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児ぶどう・お菓子
豆びよココア・ミニハート	牛乳・肉まん	牛乳・野菜かりんとう	牛乳・まがりせんべい	お茶・☆麩ラスク	幼児ぶどう・お菓子
23	24	25	26	27	28
(ごはん) 牛乳 KCさかなの学校 チャンチャン焼き 粉ふき芋 麩のすまし汁	(ごはん) 牛乳 やわらかサブレ もみの木バーグ カラフルポテト かきたま汁	(ごはん) 牛乳 お米スナック えびフリッター 茹でブロッコリー ミネストローネ	(ごはん) 牛乳 マリー 八宝菜 もやしのナムル みかん	(ごはん) 牛乳 しるこサンド 年越しうどん 肉シューマイ 兄弟和え	(パン) 魚肉ソーセージ 型抜きチーズ ゼリー・幼児牛乳 オレンジジュース・お菓子
牛乳・ビスコ	☆合わせるゼリー	牛乳・チョイス	幼児牛乳・☆チーズサンド	幼児牛乳・星たべよ	オレンジジュース・お菓子
30	31	日付	【お知らせ】		
		主 食 午前おやつ (3歳未満児) (全児) 昼食献立 (全児) 午後おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつの日です。 ・◎印は「きときとの日」です。 食材は、3日(火)、17日(火)ともに白菜です ・10日(火)は、スペシャルデザートです。 		



子どもが保育園などに通い、集団生活をおくる中でウイルスに感染することが多くなります。子どもが風邪を引くことで、家庭内でも蔓延してしまうことがあるので、できることならば子どもには風邪に負けない強い身体になってもらいたいですよね。今回は子どもが風邪を引きにくい身体を作る方法について、まとめてみました。

①正しい食生活をおくる

☆栄養バランスが整った食事を摂ると、免疫力が上がり、ウイルスにも打ち勝つ身体作りに繋がります。

⇒栄養補給をしっかりと！

ビタミンAで粘膜強化。(かぼちゃ、人参など)
ビタミンCで免疫力強化(果物・ブドウ・ベリーなど)
身体の土台となる筋肉を発達させるためたんぱく質(肉・魚・卵・大豆製品・乳製品)もしっかり摂りましょう。



②生活リズムを整える

☆早寝早起きをすることで、成長ホルモンが正常に分泌され、体調が整いやすくなります。

⇒質の良い睡眠を！

寝不足になると、免疫力が低下し体調を崩しやすくなります。
毎日早く寝るだけで、朝からすっきりと目覚めることができ、頭の回転もスムーズになります。



③しっかり身体を動かす

☆適度な運動は筋肉を動かし、体の中から温めるので、新陳代謝・免疫力アップに繋がります。

⇒適度な運動を！

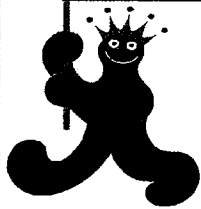
「体温が1度上がると免疫力は約30%高くなる」と言われています。
「体温」は「筋肉量」と比例しているため、日常的に身体を動かして筋肉をつけ、免疫力を高めましょう。



きときとの日

今月の食材：白菜

今月の給食レシピ：「ちゃんこ汁」



白菜は冬の定番のお野菜で、お鍋にはかかせません。白菜の主成分は、約9割が水分ですがビタミンC、カルシウム、鉄、カロチンなどを含んでいます。

塩を多量に使う漬物は血圧が上がるとされていますが、白菜漬けの場合、白菜に含まれるカリウムがナトリウム(塩分)を排出して、塩分の摂りすぎを防ぐ効果があります。

美味しい白菜を選ぶポイントは、しっかりと上が閉じていてずっしりと重いもの。カットされているものは、断面が平らで、中の葉が黄色みを帯びているものが美味しいですよ。

●材料(1人分)

・鶏挽肉	30g	A
・しょうが	0.5g	
・片栗粉/塩	2g/少々	
・白菜	30g	
・にんじん	5g	B
・ごぼう	5g	
・しめじ	10g	
・油揚げ	5g	
・ねぎ	5g	
・かつお節	1g	
・鶏ガラスープ	1g	
・しょうゆ	3g	
・料理酒/塩	1g/少々	

●作り方

1. Aを混ぜてつくね団子を作っておく。
2. 野菜(白菜・にんじん・ごぼう・しめじ)は食べやすい大きさに切る。
3. 油揚げは、油抜きをし細切にする。
4. ねぎは小口切りにする。
5. かつおだしを取り、Bの調味料で味を調べ、②と③を入れて煮込む。
6. ⑤に①のつくね団子を加えて火を通し、最後にネギを入れ軽く煮込む。



【クイズ】白菜は中国生まれの野菜ですが、中国から伝わり日本で作られのはいつ頃でしょうか？

①奈良時代 ②安土桃山時代 ③明治時代

※答えは下にあります。

【答えは③】 明治時代で、日清・日露戦争時に兵士達が中国で白菜を食べて持ち帰ったのが始まりと言われています。

たのしくたべようニュース

楽しい  うれしい 

クリスマス

もうすぐ子どもたちが楽しみにしているクリスマスです。クリスマスツリーのかざりつけをしたり、クリスマス料理を食べたりして楽しみましょう。



クリスマスにチャレンジ

親子でクッキング

クリスマスに子どもと一緒に料理や菓子を手づくりしてみませんか？

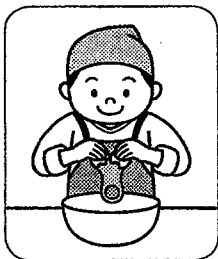
子どもに手伝ってもらうと、大切なコミュニケーションの場になります。また、仕事を任せると責任感が生まれ、食への興味が深まります。



クッキーづくり 子どもができる手伝い

手伝いがうまくできなくても、褒めたり、感謝の気持ちを伝えたりすることで子どもの意欲につながります。

卵を割る



材料を混ぜる



生地をのばす



型でぬく



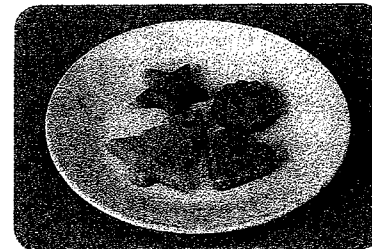
基本のクッキーのつくり方

材料

- ・薄力粉200g
- ・無塩バター90g
- ・グラニュー糖80g
- ・卵黄1個分

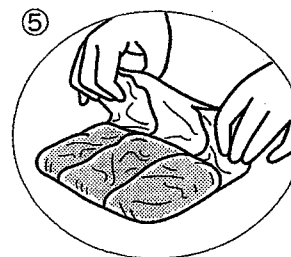
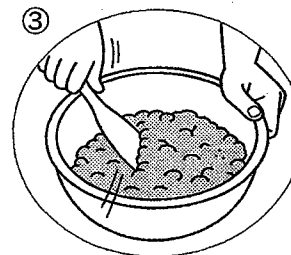
用意するもの

- ・ボウル
- ・泡立て器
- ・ゴムベラ
- ・ふるい
- ・ラップフィルム
- ・めん棒
- ・ぬき型
- ・クッキングシート



つくり方

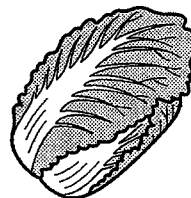
- ① ボウルに室温に戻したバターを入れて泡立て器でクリーム状になるまで混ぜる。
- ② ①にグラニュー糖を2回にわけて入れてよく混ぜ、卵黄を加えて混ぜる。
- ③ ②にふるった薄力粉を半分加え、ゴムベラで切るようにさっくり混ぜ、なじんだら残りも加えて練らずに混ぜる。
- ④ 粉つぼさがなくなったらひとつにまとめる。
- ⑤ 生地を少し平らにして、ラップフィルムで包み、冷蔵庫で1時間以上休ませる。
- ⑥ 台に薄力粉(分量外)をまぶして、生地を5mmくらいの厚さにのばして型でぬく。
- ⑦ 180℃に余熱したオーブンで約12～15分焼く。



※クッキーをツリーに飾る場合は、⑥の型でぬく時にストローなどで穴を開けます。

おいしい旬の食べ物

はくさい



選ぶ時は切り口が平らなものを

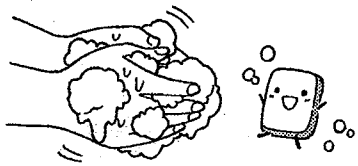
白菜は、収穫してからも生長しようとして、中心の生長点に養分を送り続けています。カットされた面の中心部分が盛り上がっているものは、外側の養分が送られているので、切り口は平らなものを選びましょう。白菜は、炒めたり、煮たりするほかに、生でサラダとしても食べられます。

ほけんニュース

冬の生活ケアと注意したい感染症

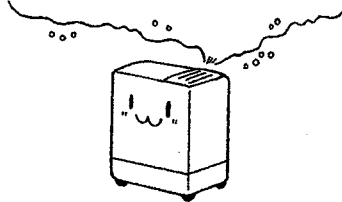
寒さが厳しくなり、空気が乾燥する季節です。特にインフルエンザやかぜ、溶連菌感染症、RSウイルス感染症などの呼吸器に症状の出やすい感染症が多く見られます。予防のためにも、手洗いや十分な睡眠、室温の調節や加湿、栄養バランスのよい食事などで、健康に過ごせるように心がけましょう。

手洗い



手洗いは感染症予防の基本です。食事の前、トイレの後、外出から帰った後には石けんをよく泡立てて、洗い残しがないようにていねいに手洗いをします。

加湿



加湿器を上手に使用して、湿度を保ちます。湿度は60%前後になるように調節しましょう。また、室内の換気も適度に行うように心がけます。

うがい



かぜ予防のために水でうがいをを行います。はじめに水を口に含んで、ぶくぶくうがいをし、水を吐き出します。その後、水を口に含んで、のどの奥までがらうがいをします。

食事&休養



体の免疫力を落とさないためにも、食事は栄養バランスのととのった献立を心がけます。そして、十分な睡眠時間を確保します。子どももおとなも早起き早寝で規則正しい生活を送りましょう。

インフルエンザ



かぜよりも急激に発症し、重篤感があります。ごく短い潜伏期間の後に、急な高熱(38℃以上)、悪寒、全身のだるさ、筋肉痛などが見られます。そのほかにも、腹痛や嘔吐、下痢を起こすこともあります。発症後、数日してからせきや鼻水がひどくなり、気管支炎を併発することもあるので注意します。

インフルエンザには予防接種があります。乳幼児は、2回接種になりますので、計画的に受けるようにします。



インフルエンザが疑われる場合には発症後すぐは迅速な判定が出にくいので、発症後6時間以上経過してから受診します。ただし、抗インフルエンザ薬の適切な服用は発症から48時間以内です。発症した場合は、栄養をとり、安静にします。出席停止期間が決められているので、守りましょう。家族間に感染が広がらないように注意します。

インフルエンザの出席停止について

出席停止期間

	発症日(0)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
発症後1日目に解熱した場合	園・所	登園可能								解熱後3日たっても、発症後5日間たないと登園できない。
	学校	登校可能								
発症後3日目に解熱した場合	園・所	登園可能								
	学校	登校可能								

インフルエンザに感染した場合には、医師の診断を受けて、「発症後5日を経過し、かつ解熱後3日(園)・2日(学校)を経過するまで出席停止とする」をきちんと守ります。

溶連菌感染症



溶連菌による感染症で突然の発熱、のどの痛み、咽頭炎、扁桃炎を起こします。熱は微熱の場合もあります。細かい発疹が体や顔、足先、手先などに出るかゆみを伴うことも。舌の表面がぶつぶつと赤く隆起するイチゴ舌が見られたり、首のリンパ節が腫れたりすることもあります。



迅速検査キットで病院ですぐに判断がつきます。感染していた場合は、抗菌薬を医師にいわれた期間(10~14日間程度)しっかりと服用し、飲み切ります。

RSウイルス感染症



4~5日の潜伏期間を経て、ほとんどの場合は、せきや鼻水などのかぜ症状があらわれます。乳幼児の呼吸器感染症としてはもっとも頻度が高い感染症です。6か月未満の乳児では、細気管支炎を起こして急激に重篤になることがあるので、注意が必要です。



兄弟姉妹でRSウイルスに感染して、乳児がいる時は注意が必要です。感染を広げないためには、マスク着用や手洗いなどを心がけます。

HAPPY BIRTHDAY

★12月生まれのお友達★

✿たんぽぽ組✿

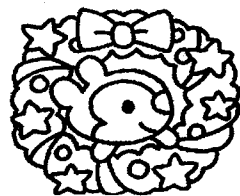
✿さくら組✿

✿かなな組✿



✿すみれ組✿

✿きく組✿



たんぽぽぐみだより



《たんぽぽぐみお気に入りの絵本を紹介しま〜す!》

先生 「いいチョコキだね ちょっときせてよ」

子ども 「うん、いいよ〜」

このやり取りが楽しくて、
繰り返し楽しんでいます。



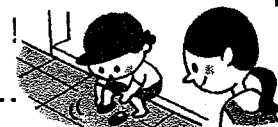
《がんばってるよ!見ててね!》

自分でズボンやズックを履こうとする姿には、可能な限り時間をとっています。子どもたちの、やってみようという意欲を十分に受け止め、一人でできそうなところは見守りながら、履き方を知らせています。



ご家庭でもちょっと時間に余裕があるときは、お子さんの頑張っている姿をそっと見守ってみてください。

新たな成長に出会えるかもしれませんよ!



〜おねがい〜

インフルエンザや胃腸炎などの感染症が流行する時期になりました。食欲がない、微熱がある、下痢をしているなどの症状がありましたら必ず知らせてください。年齢が低いので重症化することもあります。体調がよくない場合は、早めに受診し、ひどくなる前に無理せず、ゆっくり体を休めることをお勧めします。

〜サンタさんがやって来る!〜

18日(水)はクリスマス会です! お友だちや先生と一緒に楽しい時間を過ごします。サンタさんと出会った時の、子どもたちの表情や反応が楽しみです。



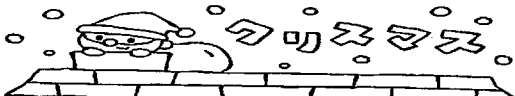


すみれぐみだより



★キラキラはっぴょうかいに向けて★
子どもたちは、なりきりヒーロー！

普通の遊びの中でも、廃材で銃を作ったりブロックで剣を作ったりと、ヒーローになりきって遊ぶ姿がよく見られる男の子たち。発表会でヒーローになって踊ることをみんなで決めると練習用の銃や剣を自分たちで作り、なりきり度がさらにアップ！跳び箱やマットで好きなポーズをとることが楽しい様子で毎日楽しんで踊る姿が見られます！女の子は、星のステッキを作ってプリキュアになりきって毎日歌をうたいながら張り切って踊る姿がみられます！！ティアラのふわふわの飾りとスカートに付いた大きなリボンが気に入りの女の子たち。お尻のリボンフリフリ揺らしながら可愛く踊りますよ♡いよいよ明日が本番となりました！プログラム1番を飾るのはすみれ組です！！元気いっぱいステージをどうぞお楽しみに～！！！！♡



楽しいことがいっぱいの12月が始まるよ～！！

12月に入ると、11日には昔ながらの臼と杵を使ってみんなで一緒に「よ～いしょ！」と掛け声をかけながらお餅をついて、つきたてのお餅を食べます♡

それから18日にはみんなの待ちにまったクリスマス会があり、サンタクロースがやってきますよ～！クリスマス会ではすみれ組で出し物もします☆とっても楽しみだね！！

年長組さんへの準備スタート！

年長きく組さんになると運動会ではドラムマーチに挑戦します！12月にはマーチングの基礎を講師の西方先生に教えていただき、2回目（1月）の指導へステップアップを目指します。憧れの年長きく組さんになるための準備がいよいよスタートです☆



きくぐみだより



♪♪♪ まもなく、開演で～す♡♡ ♪♪♪



さて！いよいよキラキラ発表会が明日となりました！きく組の子どもたちも気合十分◎※明日はきっとキラキラした表情が見られること間違いなしです！

きく組でのおけいこはとにかく賑やか♪自分たちで振り付けを考えたり、お友達と一緒にセリフを言い合ったり…少しずつ自信がついてくると、表情にも変化が出てきて、オペレッタを楽しむ様子が見られるようになりました。しか～し！時には壁にぶつかる子どもたち。「もっとお客さんに楽しんでもらうためにはどうしたらいいのかな…」「どうやったらドキドキに勝てるかな」と悩むことも…♡

でも、他のクラスの子どもたちに見てもらおうことで“誰かに楽しんでもらう喜び”“褒められてつく自信や達成感”を味わい、子どもたち自身がそれぞれの役になりきってお話を楽しめるようになってきました♪是非当日は大きなステージで、緊張しつつも、みんなでうらしまたろうのお話を楽しみながら演じる子どもたちのキラキラした姿を見ていただけたらと思います。（ドキドキに負けないぞ～！）

会場のみなさんも、子どもたちの楽しいお話が終わりましたら、子どもたちに大きな拍手をお願いいたします♡



* * *
楽しい音楽が流れてきたら、手拍子をして楽しんでくださいね♪
* * *

