

もうすぐ立春。暦の上では春を迎えます。

たくましく成長した子どもたちの姿に、私たち職員も喜びを感じています。その成長を子ども自身が感じられるよう、園生活の中ではそれぞれの目標に向かって思いっきり活動ができるように環境を整え、見守るようにしています。「自分で出来た！分かった！」と感ずることで、自信がつき、意欲もわいて、自立心を養うことに繋がるからです。

今年度もあと2か月。環境だけ整えて、子どもたちを少し見守ってみましょう。きっと、お子さんの成長を感じられるようになりますよ。

理事長 上田 雅裕

| 月  | 火   | 水                            | 木   | 金  | 土                            | 日  |
|----|---|------------------------------|---|--|------------------------------|----|
|    | 1   | 2<br>防犯訓練<br>体育教室<br>(年中・年長) | 3<br>節分の集い<br>未満児(AM)<br>以上児(PM)<br>避難訓練  | 4<br>交通安全指導<br>スイミング教室<br>(年長児)<br>鼓隊指導PM<br>(年中児) | 5                            | 6  |
| 7  | 8   | 9<br>器楽指導AM<br>(以上児)         | 10<br>年長児 撮影<br>ケーブルTV<br>(PM)<br>年長児制服着用 | 11<br><br>建国記念日                                    | 12                           | 13 |
| 14 | 15<br>涅槃会<br>以上児制服着用  | 16                           | 17  | 18<br>キラキラ<br>コンサート<br>リハーサル<br>(以上児)              | 19<br>キラキラ<br>コンサート<br>(以上児) | 20 |
| 21 | 22<br>入園説明会<br>(次年度入園者対象)   | 23<br><br>天皇誕生日              | 24<br>発育測定                                | 25<br>誕生会<br>コンサート<br>スナップ販売<br>3/3まで              | 26                           | 27 |
| 28 | 【今後の予定】<br>3/15(火) 卒園式(1号認定午前保育)<br>3/22(火) 終業式(1号認定午前保育)<br>4/6(水) 令和4年度 始業式(1号認定午前保育) |                              |   |  |                              |    |



### 3日 節分の集い

2月3日は「節分」です。心の中の“泣き虫鬼・おこりんぼう鬼・イヤイヤ鬼・好き嫌い鬼”などなど・・・豆まきをして、鬼退治をしましょう！



※今年度は全学年クラスごとでの節分の集いを計画しています。

※食品(豆)による子どもの窒息・誤嚥事故防止のため、節分の豆は全園児食べません。

### 4日 鼓隊指導 PM(年中児)

1月に予定していた年中組さんの鼓隊指導は、今月4日に日程変更となりました。年長組さんへのはじめの一步！年中組さん、張り切って頑張りましょうね！

### 9日 器楽指導 AM(以上児)

キラキラコンサートに向けて、以上児さんが挑戦している合奏を西方先生にみていただきます。器楽指導は午前中に行われます。

### ねはんえ 15日 涅槃会 以上児制服着用



涅槃会とは、お釈迦様が亡くなられた日のことです。年長児は蓮王寺の本堂でお参りし、年少・年中組はお遊戯室でお参りをします。以上児さんは制服着用で登園し、体操服を持たせてください。

### 19日 キラキラコンサート(以上児) 制服着用

子どもたちの頑張りや温かい拍手を送って頂きたいと思います。どうぞ、楽しみにしててください。詳しい日程、お知らせ、プログラム等は、別紙をご確認ください。※前日の18日(金)に現地にてリハーサルを行います。開始時間の都合上、9時過ぎに園を出発したいと考えています。バス利用者の方で18日(金)の朝、直接幼稚園まで送迎にご協力頂ける方は、事前に園までお知らせください。ご協力の程、よろしくお願いいたします。

### 22日 入園説明会

来年度入園されるお子さんの保護者様を対象に、入園説明会を行います。



### スナップ写真販売

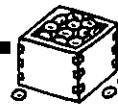
以上児キラキラコンサートのスナップ写真(ヒロシフォトさん撮影)を2月25日(金)~3月3日(木)まで、インターネット上で販売します。期日を過ぎますと注文できなくなりますので、ご注意ください。








# 2月 献立カレンダー



| 月  | 火  | 水   | 木   | 金   | 土  |
|--|--|---|---|---|--|
| 日付   | 1 (卵・乳・小麦なし)   | 2   | 3   | 4   | 5  |
| 主 食<br>午前おやつ<br>(3歳未満児)<br>(全児) 昼食献立                     | (ごはん) りんごゼリー<br>魚の甘みそがけ<br>三色和え<br>すまし汁  | (ごはん) 牛乳 味しらべ<br>豚肉の生姜炒め<br>里芋といんげんの和え物<br>野菜スープ  | (ごはん) 牛乳 ミレービスケット<br>いわしの梅煮<br>即席漬け<br>卵とえのきのすまし汁   | (ごはん) 牛乳 白い風船<br>鶏肉の照焼き<br>おかか和え<br>わかめのみそ汁   | 幼児牛乳 お菓子<br>(パン)<br>魚肉ソーセージ<br>型抜きシアーズいちごゼリー・幼児牛乳                  |
| (全児) 午後おやつ   | きになる野菜(キャロット)・お米deスイートポテト  | 牛乳・☆鬼まんじゅう  | 牛乳・マービー甘納豆(マンナボーロ)  | ☆ココアプリン   | オレンジジュース・お菓子   |
| 7 ◎きときとの日  | 8  | 9   | 10  | 11  | 12   |
| (ごはん) 牛乳 動物四十七士<br>ナゲット風チキン<br>ポパイサラダ<br>コンソメスープ         | (ごはん) 牛乳 パナナ<br>魚の南蛮漬け<br>金時煮豆<br>青菜のみそ汁   | (ごはん) 牛乳 小魚スナック<br>厚焼き卵<br>ゆかり和え<br>肉団子スープ  | (ごはん) 牛乳 きなこ餅<br>キャバツメンチカツ<br>ごまブロッコリー<br>もやしのみそ汁   | <br>建国記念の日 | 幼児牛乳 お菓子<br>(パン)<br>おさかなのウイナー<br>スティックチーズ<br>ゼリー・幼児牛乳<br>野菜生活・お菓子  |
| 牛乳・おとうろふ屋さんのエビフライにんじんせんべい                                | 牛乳・チーズおかき  | 牛乳・まがりせんべい  | ☆フルーチェ(いちご)   |   |  |
| 14   | 15   | 16  | 17  | 18 ◎きときとの日  | 19   |
| (パン) 牛乳 マレービスケット<br>ハート型ハンバーグ<br>グリーンサラダ<br>豆乳コーンスープ     | (ごはん) 牛乳 アンパンマンのピーせんべい<br>いかのかりん揚げ(未:白身魚)<br>おひたし<br>キャバツのみそ汁  | (ごはん) 牛乳 たまごせん<br>シュウマイ<br>うめマヨ和え<br>すりみ汁   | (ごはん) 牛乳 ルヴァン<br>鶏肉のから揚げ<br>カラフルポテト<br>中華スープ  | (ごはん) ヨーグルト<br>水菜の和風スープスパゲッティ<br>具入りオムレツ<br>茹でブロッコリー  | 幼児牛乳 お菓子<br>(パン)<br>魚肉ソーセージ<br>ピピピチーズ<br>ゼリー・幼児牛乳<br>幼児ぶどう・お菓子     |
| ハートデザート  | 牛乳・☆いちご蒸しパン  | 幼児牛乳・ソフトサラダ   | 牛乳・ハーベストセサミ   | 牛乳・瀬戸の汐揚  |  |
| 21 (卵・乳・小麦なし)  | 22   | 23  | 24  | 25 ●  | 26   |
| (ごはん) 幼児りんご KCサクッとあられ<br>揚げ魚のレモン風味<br>野菜の和え物<br>かぼちゃのみそ汁 | (ごはん) 牛乳 源氏パイ<br>いり鶏<br>酢の物<br>麩のすまし汁  | <br>天皇誕生日 | (ごはん) 牛乳 たべっこBABY<br>厚揚げのそぼろあんかけ<br>春雨サラダ<br>白菜のみそ汁   | 牛乳 さくさくかぼちゃボーロ<br>カレーライス<br>えびカツレツ<br>ポイルキャバツ<br>☆みかんタルト☆<br>幼児牛乳・ばかうけ(青のり)                   | 幼児牛乳 お菓子<br>(パン)<br>おさかなのウイナー<br>型抜きチーズ<br>ゼリー・幼児牛乳<br>野菜&フルーツ・お菓子 |
| ☆フルーツポンチ   | 牛乳・肉まん   |   | 牛乳・ばりんご減塩   |   |  |
| 28   | 【お知らせ】<br>・献立は都合により変更することがあります。<br>・●印がついている日は主食はいりません。<br>・☆印は手づくりおやつの日です。<br>・◎印は「きときとの日」です。<br>食材は、7日(月)ほうれん草、18日(金)水菜です。 |   |  <p>今年の恵方巻きの方角は、北北西です。</p>  |   |  |
| (ごはん) 牛乳 カルシウムせん<br>お好みあられ揚げ<br>はりはり漬け<br>豆腐のみそ汁         |  |   |   |   |  |
| 牛乳・二色せんべい  |  |   |   |   |  |





# 2月 食育だより



令和4年2月  
射水市子育て支援課  
あおい幼稚園

立春を迎えると暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。寒さから身を守るために体温を調節し、抵抗力をつけるために3度の食事とおやつが、子どもたちには大切です。しっかり食べて、必要な栄養を補給し、感染症を予防しましょう。

子どもにとって  
"おやつは食事の一部"

消化機能が未熟なうえ、胃も小さいので、食事だけでは必要な栄養素を満たすことが難しいため、おやつで栄養を補います。

子どもたちの楽しみや心と体をリフレッシュしてくれる役割もあります。



### おやつのお数の目安

- 1～2歳児：2回（10時頃と15時頃）
- 3～5歳児：1回（15時頃）



### おつやの目安量

（食事の10～15%が目安）

- 1～2歳児：100～150 kcal
- 3～5歳児：150～200 kcal

★食事にひびかないような回数や量を！

### ◎ おやつでとりたい栄養

カルシウム・鉄・ビタミン・食物繊維  
糖質や脂質を摂るとエネルギー補給に！



### ◎ おすすめおやつ

小魚、牛乳、ヨーグルト、チーズ、果物、いも、おにぎり、せんべい など

### ◎ 手作りにおすすめおやつ

ミルクくずもち、蒸しパン、フルーツポンチ など

お子さんと一緒に作れるおつやのレシピがみれます。



射水市ホームページ [おいみず食育ひろば](#)

検索してみてね。



### きときとの日

今月の食材： ほうれんそう



ほうれん草は、地域や栽培法を変えながら通年にわたって出回っていますが、本来の旬は冬です。旬の時期は葉の色が濃く、甘みがあり、味もおいしいです。βカロテンや鉄の吸収を助けるビタミンC、造血を促す葉酸とミネラルなどが豊富な緑黄色野菜です。βカロテンは、体内でビタミンAとして作用し、のどや鼻の粘膜を強くしてくれる効果があり、乾燥しやすいこの時期の強い味方です。

### 今月のレシピ「ポパイサラダ」



#### ●材料（1人分）

- ・ほうれん草 20g
- ・にんじん 10g
- ・ハム 5g
- ・サラスパ 6g
- ・マヨネーズ 5g
- ・塩こしょう 適量

#### ●作り方

- ① ほうれん草を茹でて水気を切り、一口大に切る。
- ② にんじんは短冊切りにし、柔らかく茹でる。
- ③ ハムは、短冊切りにする。
- ④ サラスパを茹でて冷却し、水気を切る。
- ⑤ すべての材料をマヨネーズで和え、塩こしょうで味を整える。

サラスパのかわりにマカロニでもおいしいです。

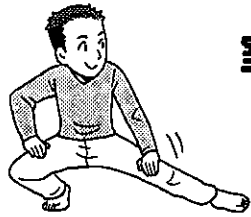


【クイズ】 「ほうれん草」におおくふくまれるビタミンで、ウイルスのかんせんをふせぐのにやくだつのはどれでしょうか？

- ① ビタミンD
- ② ビタミンB12
- ③ ビタミンC

答えは下にあります。

# ほけんニュース



## 室内でも簡単にできる 運動あそび



幼児期の運動は、楽しく遊ぶ中でさまざまな動きを経験することで、多様な動きが身につきます。コロナ禍であっても、ご家族で楽しくからだを動かしましょう。

### ○バランスあそび

①「よい、どん」のかけ声と共に、片足を上げて、好きなポーズをしながらバランスをとります。

②より長く片足立ちを続けられた方が勝ちです。どんなポーズがバランスをとりやすいのか、おもしろいのか等、いろいろと試してみると楽しめます。

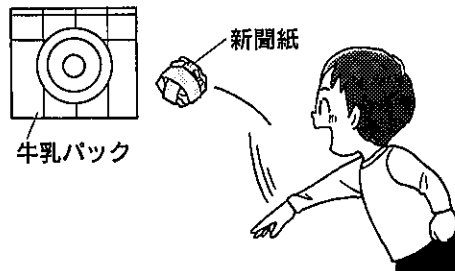


※十分なスペースを確保する等、周囲の安全を確かめて行ってください。

### ○的当てゲーム

①牛乳パックや段ボール等で的をつくります。新聞紙を丸めて新聞ボールをつくります。

②的を壁やイス等にはり、距離をとって、的に向かって新聞ボールを投げます。自分たちでルールを決めたり、展開したりしながら遊ぶ楽しさがあります。



## 楽しくからだを動かすことが大切です

幼児期は、脳・神経機能の発達が著しく、運動機能が向上する時期です。この時期は、特定の運動だけをするのではなく、楽しくからだを動かして遊ぶ中で、立つ、走る、跳ぶ、持つ、投げる等のいろいろな動きを経験させます。そうすることで、将来の運動機能の基礎が身につきます。

また、「幼児運動指針」(文部科学省)では、さまざまなあそびを中心に、毎日合計60分以上を目安として、楽しくからだを動かすことが望ましいとしています。



## 散歩もお手伝いもりっぱな運動

幼児期の子どもたちにとっての「運動」は、必ずしもスポーツとは限りません。楽しく遊ぶことに加えて、散歩やお手伝いをするのも、りっぱな運動です。近くの公園や広場等に行ったり、普段から階段を使ったり、買い物帰りに荷物を持って歩いたりして、からだを動かす機会を増やしてみてください。

## 十分な運動あそびで、夜は自然と眠くなります

子どもの頃から生活リズムをととのえることが、生涯の健康づくりのために大切です。

日中に十分な運動あそびをして、心地よく疲れていれば、夜は自然と眠くなります。からだをしっかりと動かすことで、生活リズムを無理なくととのえることができるのです。また、朝に太陽の光を浴びること、朝ごはんを食べること、夜はテレビやビデオ等の強い光を避けることも、生活リズムをととのえるうえで重要です。



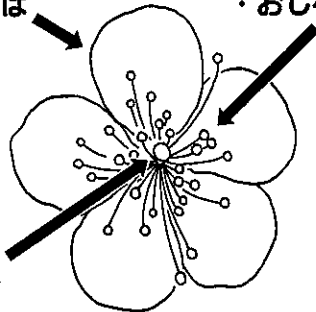
## 春の訪れを告げる花・ウメ

2月になりました。寒い日が続きますが、立春も過ぎ、暦の上では春です。これから次々と見頃を迎えるウメの花は、古来から「春告草」とも呼ばれています。防寒対策をきちんとして、ウメの花を観察しに行きましょう。

### ウメのはなをみてみよう

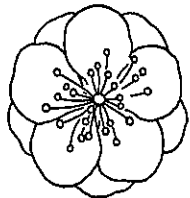
#### ひとえざきのはな

- ・はなびらは 5まい
- ・おしべは たくさん
- ・めしべは 1ぼん



#### やえざきのはな

- ・はなびらが たくさん

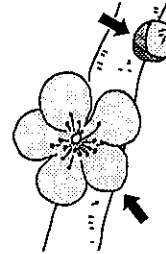


ウメのはなは どんなふうになっているのかな？  
むしめがねで おおきく して みて みよう。

## ウメ モモ サクラの みわけかた

### ウメ

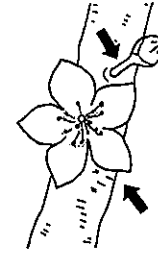
- ・はなは えだに ついて いる



- ・はなびらは まるい

### モモ

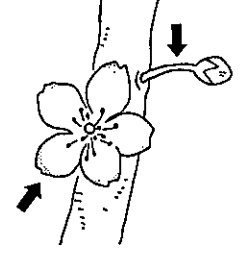
- ・はなの じくが みじかい



- ・はなびらの さきが とがって いる

### サクラ

- ・はなの じくが ながい

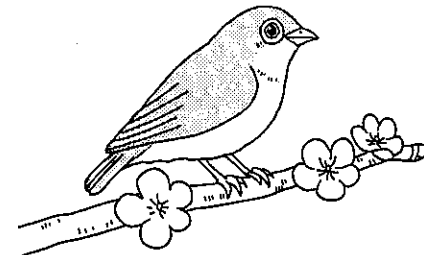


- ・はなびらの さきに きれこみがある

はなびらの かたちや はなの つきかたを よく みれば  
ひとめで みわけの ことが できるよ。

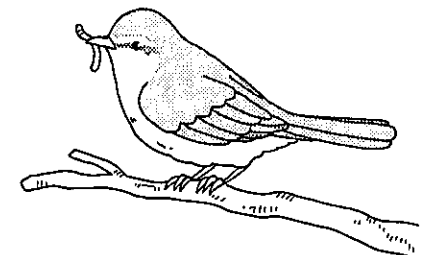
### ウメの えだに とまる とり

#### メジロ



- ・めの まわりが しろい
- ・はなの みつが だいすき

#### ウグイス



- ・ほーほけきょと なく
- ・むしが だいすき

ウメの えだに やってくる みどりの ことりは ウグイスと  
おもって いる ひとが おおいけれど メジロって とりだよ。

おとせのうめのはな



# 2月生まれの お友だち



## ❁ たんぽぽ組 ❁

誰もいません

## ❁ かな組 ❁

6日

20日

## ❁ さくら組 ❁

誰もいません

## ❁ すみれ組 ❁

21日

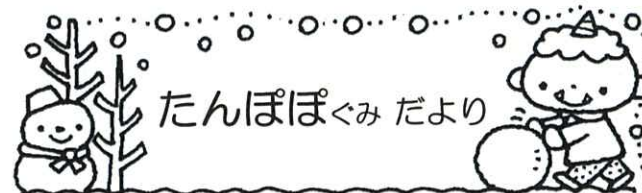
## ❁ きく組 ❁

9日

10日

18日

25日



先日の中よし発表会では、例年通りの開催とはいきませんでしたが、毎日のお遊びの中で、保育者やお友だちと一緒にお話の世界を表現することを楽しんできました。遊んでいくうちに、「おおかみだ！かえれ！かえれ！」のセリフをみんなで言っているところが楽しそうだな”“おおかみから逃げたり隠れたりするところが1番盛り上がっているな”など、遊んでいる子どもたちの姿から、楽しく表現している部分を取り入れた、たんぽぽ組オリジナルのお話に仕上がっていきました。本当は井戸に落ちてしまうおおかみですが、「おおかみさん、かわいそう！たすけて！」というRちゃんの一言で、おおかみさんとお友だちになるストーリーになりました♪  
舞台の上では、楽しくて元気いっぱい！ちょっぴり恥ずかしいけど頑張る！など、さまざまな表情が見られ、それぞれに発表会の雰囲気を楽しんでいたように思います。これからも、一人ひとりの成長を見守っていきたいと思います。



おねがい



こぼさずに食べるようになってきましたね！  
2月より、おやつの際はエプロンを使用せずに食べたいと思います。おしぼりはこれまで通り使用します。  
毎日用意していただくものは…  
エプロン1枚（給食用）・おしぼり2~3枚  
に変更になりますので、よろしく願います。





## かなぐみだより

先日行われた未満児組による「なかよしはっぴょうかい」今回は残念ながら無観客での発表会となりましたが、この日に向けて子ども達は日々劇遊びをとっても楽しみながら取り組んできました。ステージにのぼって演技をする緊張感を味わいながらも、お友だちと表現遊びを楽しむ姿がみられ子ども達の成長を感じることができました。頑張ったみんなにたくさんの拍手を送りたいと思います！

みんなで  
頑張りました♡

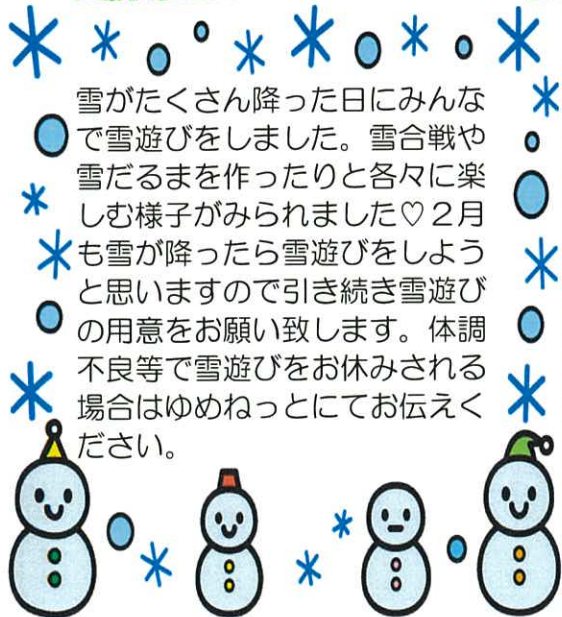
残りわずかとなったかな組で過ごす日々も仲良く元気に過ごしていきたいと思います。



## さくらぐみだより

### 初めての、キラキラコンサート！！

2 学期から” トマト” とカスタネットや手を使ってリズム遊びを楽しんでいた子ども達！「できたよ！」や「むずかしいな〜」と苦戦する姿もみられますが、出来た喜びを自信に繋げていけるよう気持ちを盛り上げていきました。また、初めて触れる楽器の音に「びっくりした！」や「きれいな音だね！」といろんな楽器に触れる楽しさを感じていました。コンサートではみんなで♪大きな栗の木のしたで♪を合奏します。合唱は、部屋でも歌っていた大好きな♪どんぐりころころを歌います！みんなで大きな栗やどんぐりを作ろう！と盛り上がっています！大きな栗やどんぐりが完成するには一人一人のパワーが大切です！先生や友だちと一緒に合奏や合唱をするって楽しいな！と感じられるコンサートになったらいいなと願っています☆一人一人が興味を持ち、“やってみよう”の気持ちになれるような関わりや、言葉掛けを大切にしていきたいと思っています。さくら組みんな楽しんでぞー！！



雪がたくさん降った日にみんなで雪遊びをしました。雪合戦や雪だるまを作ったりと各々に楽しむ様子が見られました♡2月も雪が降ったら雪遊びをしようと思いますので引き続き雪遊びの用意をお願い致します。体調不良等で雪遊びをお休みされる場合はゆめねっとにてお伝えください。



進級に向けて、三月よりお弁当箱でご飯を食べる練習をしていきたいと思っています。お弁当箱のご準備をお願い致します。※お弁当箱はふたが重なる物にしてください。(アルミ製)お弁当箱をとめるゴムをつけてください。お子さんが出し入れしやすい弁当袋(巾着)に入れてください。ご飯は園で入れます。よろしく願いいたします。

### 楽しかったね！ゆきあそび

園庭に積もった雪を見て嬉しそうなお友達！外に出ると「ふかふかだね」と言って雪の上でダイナミックに転がったり、友だちと一緒にコロコロ雪を転がし夢中で雪だるまを作ったりと雪遊びを楽しみました！外を見て「ゆき降らないかな〜」とまだまだ雪遊びを楽しみにしている子ども達です！またできるといいね♡

### ～おねがい～

毎日衣服の着脱を頑張っている中、時々友達同士入れ替わってしまう事があります。**制服のプレザー・ズボン・スカート・ネクタイ**など、名前の記入がされているかもう一度ご確認下さい。子ども達がスムーズに着脱ができるようご協力をよろしくお願いいたします。







# すみれ組だより

もうすぐキラキラコンサートですね。すみれ組ではコンサートを通して、「**クラスの一員であるという意識をもつこと**」、「**目標に向けて一生懸命頑張る事**」を経験して行ってほしいと思っています。それぞれが色々な気持ちでコンサートに向けて取り組んでいます。一人ひとりの取り組みの仕方、日々の成長を大切に、見守っていききたいと思います。

すみれ組は、合奏は“おもちゃのチャチャチャ”、合唱は“たきび”、“パパはママが好き”の2曲を歌います。

## 練習中での子どもたちのつぶやき・発言♪

顔はにっこり！姿勢はびんびん！どう？かっこいいでしょ！

このリズムが難しいんだよね...

あきらめずに何度もお友だちとチャレンジしていたね

頑張る気持ちが歌う姿勢や演奏する姿勢に表れていますね。「見せよう」という気持ちも少しずつ育ってきています。

口の間や音の高さを考えて気をつけよう！

すみれ組みんなでがんばるぞ！

練習の中で教えてもらったことを自分で考えながら挑戦する姿が素敵です！

私はおもちゃのくまのぬいぐるみになってみたいな♪

合奏、だんだん上手になってきているね！楽器するの、楽しいなあ！

（おもちゃのチャチャチャのCDに合わせてくると回って）「どう？私、フランス人形♡」

僕はたきびの歌が好き！

「好き！」「楽しい！」の気持ちが頑張る力や素敵な演奏に繋がっていますね

おもちゃのチャチャチャのお話の世界になりきって楽しんでいます♪



# きくぐみだより

いよいよキラキラコンサートの日が近づいてきました！年長児として迎える最後の舞台。クラスとして「やってよかった」「楽しかった」と思える1日にしたいなと思っています。子ども達も自分達のコンサートという意識を持ち始め、毎日全力で練習に取り組んでいますよ！

今回のコンサートに向けて、きく組の目標を紹介しま〜す♪

## あおいっこ キラキラコンサート！

### ①音楽を楽しもう♪

コンサートでは合唱&合奏に挑戦します！友達と音色が重なった時や32人の声がそろった時の嬉しさを感じながら、練習を進めています。

子ども達も「今音が揃ったね！」「一緒にやろう〜♪」と会話をしながら楽しむ姿が見られます。当日まで日々楽しむ気持ちを忘れずに過ごしていきましょう！

### ②合わせよう！32人の気持ち！

高い音や難しいリズムが沢山出てきた時には、みんなで繰り返し練習に取り組んでできました。気持ちが揃った時の子供達の表情や音色はとてもかっこいいんですよ！32人の気持ちを一つにして最高の舞台にしましょうね♪

### きく組鬼がやってくる…！？

2月3日は節分の日！手作りのお面を使って鬼になりきって節分の雰囲気を楽しむ姿が見られます。今年は各クラス毎に節分の集いを行いますが、子ども達との話し合いの中で、年長児は鬼役になってさくら組とすみれ組の集いに参加します。「すみれ組には〇〇鬼がいるね！」「小さい子だけちょっと怖い鬼になろうかな♡」と張り切っている子ども達。どんな集いの時間になるのか楽しみですね♪きく組の子ども達の中にはどんな鬼が住んでいるのかな〜？もちろん、きく組のみんなの中にも鬼退治も頑張らましようね！