



令和4年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子

子どもたちそれぞれが、自分のペースで大きくたくましく成長してきた一年を振り返るこの頃。4月の入園・進級の頃からの子どもたちの成長ぶりを、保護者の皆様も感じていらっしゃることでしょう。これからは、今まで手助けをしていたところは声かけのみに、声を掛けていたところは見守っていく様に心がけてみませんか？きっと、一人で頑張ろうとする姿や「出来たよ！」の笑顔が見られると思います。

様々な病気が流行する時期ですが、感染症対策をしながら、園の行事・活動は積極的に行っていきます。子どもたちが元気に生活を送れるよう、体調の変化に十分に気をつけましょう。

理事長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
【今後の予定】 1/10 始業式(1号認定午前保育) 1/18 年中児鼓隊指導(PM) 1/27 未満児発表会(AM)			1 年中児 発表会 (AM)	2	3	4
5 BBTお正月 CM撮影 年長児 制服着用	6 誕生会	7 防犯訓練 年長児交流会	8 避難訓練	9 スイミング (年長) 交通安全指導 さくらんぼクラス	10 年少児 発表会 (AM)	11
12 もちつき	13 発表会 記念撮影 (年長AM)	14 体育教室 (年長・年中)	15 発育測定	16 発表会 リハーサル 年長児	17 キラキラ 発表会 年長児	18
19	20 クリスマス会	21	22 終業式 以上児制服着用 1号認定午前保育	23 個別懇談会 特別保育 申込締切日	24	25 子育て応援 サークルXmas コンサート 年長児出演
26 個別懇談会	27	28 スナップ販売 ヒロシフォト撮影分 園撮影分 1/11まで	29	30	31	

キラキラはっぴょうかい(1日年中児・10日年少児・17日年長児)

年中児・年少児・年長児のキラキラはっぴょうかいを開催いたします。詳しくは先日配布しましたおたよりをご確認ください。

5日 富山テレビ CM 撮影 25日 Xmas コンサート

制服着用ネクタイ・ブラウス・靴ソックス

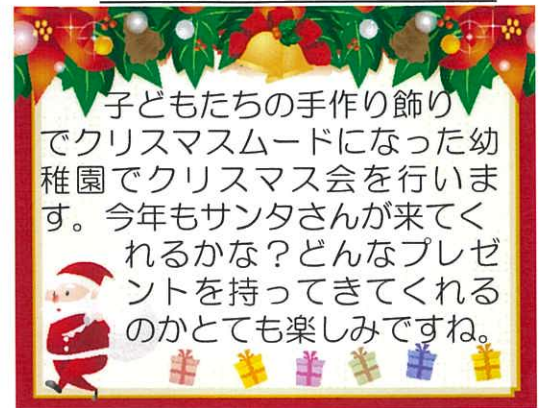
年始にBBTのCMで放送されるCM撮影が行われます。また子育て応援サークルのXmasコンサートに年長さんが出演します。撮影・出演対象児は年長きく組さんです。(今後の感染状況によっては変更の可能性もあります)5日の撮影後は着替えますので体操服も持参してください

20日 クリスマス会

12日 もちつき



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。
※誤飲による事故防止のため、以上児のみおもちを食べます。ご理解の程、よろしくお願い致します。



子どもたちの手作り飾りでクリスマスムードになった幼稚園で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きてくれるのかとても楽しみです。

22日 終業式 以上児制服着用

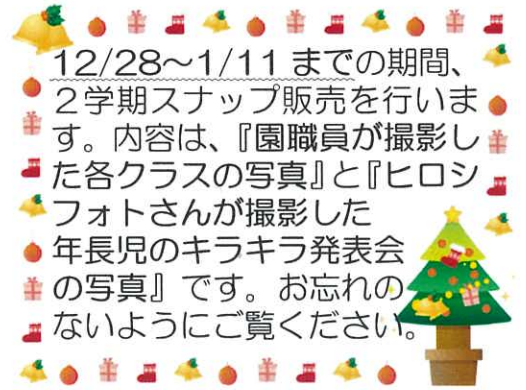
2学期の終業式です。2学期も、この日で無事に終了します。
※1号認定のお子さんは午前保育です

～おしらせ～

令和5年度の4月から、通園方法(バスから保護者送迎、保護者送迎からバス)に変更がある方は、22日の終業式までに必ずお知らせください(厳守)



12/28～1/11までの期間、2学期スナップ販売を行います。内容は、『園職員が撮影した各クラスの写真』と『ヒロシフォトさんが撮影した年長児のキラキラ発表会の写真』です。お忘れのないようにご覧ください。





鷹寺学園

INFORMATION

いよいよ2学期最後の月となりました。今学期も、コロナウイルス感染症拡大防止のため、運動会、アート展、発表会の各行事においては、開催方法について保護者の皆様にご協力をお願いすることが多くありました。皆様のご協力に心より感謝申し上げます。

◎保護者の皆さんと共に…



各園が行う運動会や発表会は、子どもたちが自己表現を発表する場の一つです。発表会を含めた活動の中で、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、これまでに積み重ね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すばらしい「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おります。

そして何より、子どもたちの「楽しかった」の声が聞けるように、笑顔が沢山見られるように、活動を計画しています。

◎幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿



その8 数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚

遊びや生活の中で、数量や図形、標識や文字などに親しむ体験を重ねたり、標識や文字の役割に気付いたりし、自らの必要感に基づきこれらを活用し、興味や関心、感覚を持つようになる。

(参考 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿 東洋出版発行武藤隆著)

私たちは、子どもたちが知りたい、書いてみたい、読んでみたい、使ってみよう等々、子どもが誘われるような、吟味された保育材・活動・環境を園で計画的に構成し、ヒト・モノ・コトとの関わりを通して子どもたちの関心感覚が獲得されるよう心がけています。



◎幼稚園における宗教的教育について

当園で行っている仏教的情操教育の目的は、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。

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

コロナ禍の中で過ごして3年目。手洗い・手指消毒・マスクをつける等、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、引き続き意識を持って欲しいと思っています。

子どもたちに、なぜ消毒や手洗いが必要なのか、理由を伝え、一緒に考え、納得して行動出来る様になってほしいものです。

自分で考え行動出来るよう促すのも、大人のつとめです。

「お互いが気を付ける」習慣をつけていきましょう。



◎保育料について

12月21日(水)に引き落としとなります。





❀ 12月生まれのおともだち ❀

❀ たんぽぽ組 ❀

25日

❀ かな組 ❀

21日

❀ さくら組 ❀

10日

❀ すみれ組 ❀

20日

24日

❀ きく組 ❀

8日

12日



お た ん じ ょ う び お め で と う



12月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和4年12月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

月	火	水	木	金	土
【お知らせ】 ・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、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 8日(木)は白菜、23日(金)はにんじんです。		日付 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	1 (ごはん) 牛乳 カルシウムせん 肉豆腐 梅風味和え 大根のみそ汁	2 (ごはん) みかん缶 揚げ魚の五目あんかけ ナムル 中華スープ	3 (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 野菜生活・お菓子
	5 (ごはん) 牛乳 シガーフライ 白身魚のトマトソース 茹でブロッコリー ポトフ 牛乳・ばかうけごま揚げ	6 ● 牛乳 鉄塩せん 炊き込みご飯 魚のタレかけ ぼてちっちサラダ 麩のすまし汁 ▲ チョコクレープ ▲ 幼児牛乳・ハーベストセサミ	7 (ごはん) 牛乳 小魚スナック バーベキューチキン 小松菜のコーン和え なめこのみそ汁 ☆ヨーグルトムース	8 ◎きときとの日 (ごはん) パナナ ギョーザ 春雨の酢の物 麻婆白菜 ☆ハムチーズ蒸しパン	9 (ごはん) 牛乳 ルヴァン 里芋コロッケ きんぴらごぼう ◆すりみ汁 牛乳・ミルクビスケット
12 (ごはん) コーンフレークの牛乳かけ えびカツレツ ツナ和え 肉じゃが みかん 牛乳・白い風船	13 (ごはん) 牛乳 味しらべ 鶏肉の照り焼き おかか和え かぶのみそ汁 牛乳・マリービスケット	14 (ごはん) 牛乳 ハッピーターン さばのみそ煮 おひたし 具だくさんすまし汁 牛乳・☆ジャムサンド	15 (卵・乳・小麦なし) (ごはん) 卵のこ KCサクッとあられ 豚肉のカレー炒め 粉ふき芋 豆腐のみそ汁 ☆カラフルフルーツ	16 (ごはん) 牛乳 ミレビスケット 春巻 ブロッコリーのごま風味 大根のそぼろ煮 牛乳・おととと	17 (パン) おさかなのウインナー 型抜きチーズ ゼリー・幼児牛乳 きになる野菜・お菓子
19 (ごはん) 牛乳 いちごクッキー あじフライタルタルソース ボイルキャベツ コンソメスープ ☆ココアプリン	20 ● 牛乳 ちらし煮いもせんべい カレーライス 鶏肉のから揚げ フライドポテト ブロッコリー和え ★ クリスマステデザート ★ 幼児牛乳・豆乳クッキー	21 (ごはん) ヨーグルト シューマイ スティックきゅうり サッポロラーメン 牛乳・KCさかなの学校(星たべよ)	22 冬至 (ごはん) 牛乳 きなこ餅 魚のかば焼き風 即席漬け かぼちゃのみそ汁 牛乳・まがりせんべい	23 ◎きときとの日 (ごはん) 牛乳 マンナポーロ もみの木ハンバーグ 人参とえのきの中華風サラダ たまごスープ 牛乳・ミニハート	24 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きシアチーズ(いちご) ゼリー・幼児牛乳 りんごジュース・お菓子
26 (ごはん) 牛乳 カナアの幼児ビスケット 炒り鶏 いんげんのごま和え 白菜のみそ汁 みかん 牛乳・黒豆せんべい(カボ*テスナク)	27 (ごはん) 牛乳 ビスコ さばの照焼 はりはり漬け 豚汁 牛乳・ウエハース	28 (ごはん) 牛乳 カルシウムせんべい 年越しうどん 厚焼き玉子 ゆかり和え 幼児牛乳・瀬戸の汐揚	29 (ごはん) 牛乳 カルシウムせんべい 肉豆腐 梅風味和え 大根のみそ汁	30 (ごはん) みかん缶 揚げ魚の五目あんかけ ナムル 中華スープ	31 (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 野菜生活・お菓子

※飲み物がない日はお茶が付きまます。



12月 食育だより



今年も残すところあと1か月となり、日ごとに寒さも厳しくなってきました。風邪などで体調を崩さないよう、栄養たっぷりの食事をとって、元気に過ごしましょう。子どもにとっておやつは食事の一部で、食事ではとりきれないエネルギーや栄養素、水分を補給するためにとても大切な役割をしています。おやつのとおり方について考えてみましょう。

じかん かいすう りょう
**たべる時間・回数・量を
きめよう!**

1~2歳児 10時と15時頃の2回
100~150kcal

3~5歳児 15時頃の1回
150~200kcal

※おやつを目分量は、食事の
10~15%になっています。

< おやつ の ポイント >

◎ 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なります!



◎ 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

食事にひびかないような回数
や量のおやつを食べようね。

◎ おいしくて、たのしい手づくりおやつ♪

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やつのレシピがみれます。



射水市ホームページ [いみず食育ひろば](#)

検索してみてください。



12月の手づくりおやつに「ハムチーズ蒸しパン」
が新登場します! たのしみにしています。

◎ ひかえたいおやつ

S ... sugar (さとう)

O ... oil (あぶら)

S ... salt (しお)

たとえば、
アメ、グミ、チョコレート、ケーキ
菓子パン、スナック菓子 など

きときとの日

今月の食材 「 人参 」



人参は、βカロテンが豊富に含まれています。βカロテンは皮のすぐ内側に多いので、皮をなるべく薄くむくようにするか、皮ごと料理したほうが効果的に栄養をとることができます。βカロテンは、体内でビタミンAになり、皮膚や粘膜を丈夫にするため、体内に病原体やウイルスが侵入しにくくさせ、免疫力を高める働きがあります。また、βカロテンは、油に溶けやすい脂溶性ビタミンなので、油といっしょに調理することで吸収率が上がります。
表面に割れなどがなく、なめらかでハリやツヤのある人参がおいしいです。

【クイズ】 にんじんと なかまの やさい は どれかな ?

- ①だいこん ②セロリ ③ごぼう

※答えは下にあります

給食の先生が考えた
今月のレシピ 「 人参とえのきの中華風サラダ 」

●材料 (1人分)

・人参	20g
・きゅうり	30g
・えのき	30g
A	
・しょうゆ	4g
・ごま油	1g
・酢	3g
・白いりごま	0.5g

●作り方

- ① 人参、きゅうりは千切り、えのきは2cmほどの長さに切る。
- ② 切った材料を茹でて、冷ます。
- ③ ②をAで和える。



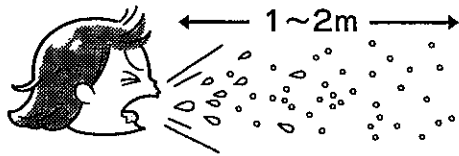
ゴマの風味が香ばしい中華風のさっぱりサラダです。えのきの食感も楽しめる一品です。つくってみた感想アレンジ方法等、園に教えてください。



ほけんニュース

せきやくしゃみが出る時 **せきエチケットを忘れずに**

空気が乾燥する冬は、かぜやインフルエンザなどの感染症にかかる人も多くなります。せきやくしゃみが出る時は、子どもたちにもせきエチケットをさせましょう。



せきやくしゃみが出た時に、飛沫が飛び散る範囲は、1~2メートルといわれています。せきエチケットで感染予防に努めましょう。

せきエチケット

マスクをする。



ティッシュペーパーやハンカチで鼻や口を覆う。



何も無い時は、袖で鼻や口を覆う。



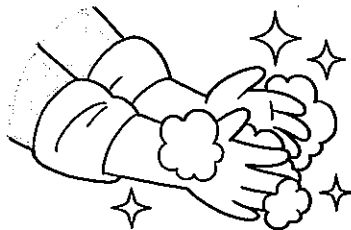
■せきエチケットの時の注意点



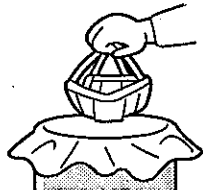
・マスクの表面に触らない。



・せきやくしゃみを手で覆わない。



・マスクを触ったり、鼻をかんだりした後は石けんを使い、手を洗う。



マスクを捨てる時は、ひもを持ってごみ箱へ。

せきエチケットは、感染症予防の基本です。また、せきエチケットとあわせて、石けんを使った手洗いも忘れずに行います。そのほか、予防対策として、室内の換気も定期的に行います。

冬に流行する感染症

インフルエンザ

症状

突然に高熱(38~40℃)が出て、3~4日間続きます。倦怠感や食欲不振、関節痛、筋肉痛などの全身症状や咽頭痛、鼻水、せきなどともないます。通常1週間程度で症状は回復しますが、中には、気管支炎、肺炎、中耳炎、熱性けいれん、急性脳症などの合併症を引き起こす場合があります。

家庭での留意点

脱水症状を防ぐために、十分に水分補給をし、安静にすることが大切です。また、冬は空気が乾燥しているので、加湿器などを使って湿度を調節します。

インフルエンザに感染後の登園の目安は、幼児の場合、発症から5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過してからです。それまでは登園停止となります。

ウイルス性胃腸炎(ノロウイルス感染症)

症状

ノロウイルスに感染することで発症します。おもな症状は、嘔吐と下痢です。脱水を合併することがあります。多くの場合は、1~3日程度で治癒します。

感染力が強いため、手洗いの徹底などで予防を心がけます。

家庭での留意点

嘔吐の強い場合は、絶食して水分を少量ずつ与えます。下痢がひどい時期には、乳幼児用のイオン飲料などを与えます。

感染した場合、便や嘔吐物に多量のウイルス

が含まれているので、便や嘔吐物の処理などの際には注意が必要です。嘔吐物を処理する際には、使い捨てのマスク、手袋、エプロンを着用します。嘔吐物は外側から内側に向かって拭き取り、嘔吐した場所は消毒液で消毒します。また、嘔吐を処理した後は、使い捨てのエプロン、マスク、袋、雑巾、ペーパータオルをビニール袋に密封して捨てます。最後に手洗いを行います。



登園の目安は、嘔吐、下痢の症状が治まり、普段の食事がとれるようになってからです。

RSウイルス感染症

症状

呼吸器感染症で、乳幼児期に初感染した場合の症状が重くなります。特に生後6か月未満の乳児では重症な呼吸器症状が出て、入院が必要になる場合も少なくありません。2歳以上で、2度目、3度目に感染した場合は、徐々に症状が軽くなり、軽いせきや鼻汁程度しか見られません。通常、おとなが感

染した場合には、鼻炎程度の軽いかぜ症状が見られます。

家庭での留意点

生後6か月未満の子どもに感染すると症状が重くなるため、きょうだいやおとなが感染源にならないように注意が必要です。そのため、家族内で、せきなどの呼吸器の症状が見られる場合には、せきエチケットと手洗いを心がけるほか、接触を控える方がよいでしょう。

たのしくたべようニュース

果物の皮むき「自分でやりたい！」を大切に



子どもは周りのおとなの行動をまねて、さまざまなことを学んでいきます。体験の機会はお子さんが「やりたい！」とやってきた時が始め時です。しかし、はじめからすぐにできるようになるわけではないので、やりたい気持ちを大切にしながら、あきらめずくり返し教えていきます。子どもは直接体験が豊富なほど自信を持ち、新しいことに意欲を持つようになります。

脳の発達のためには、左右の手を協力させて一緒に動かす動作を体験することが大切です。果物の皮むきは、その動作の練習にぴったります。

ステップ1 バナナの皮むき

<p>①</p> <p>きき手と反対の手で、バナナを立てて持ちます。はじめのうちは、へたを折るのをおとなが手伝います。</p>	<p>②</p> <p>へたを持って下側に引っ張ります。この時、全部むかないように注意しながら、ゆっくり途中までむいていきます。</p>	<p>③</p> <p>持つ部分を残して、ほかも同じようにむきます。持つ位置がわかりにくい時は、輪ゴムを巻いて目安にするとよいでしょう。</p>
---	--	--

ステップ2 みかんの皮むき

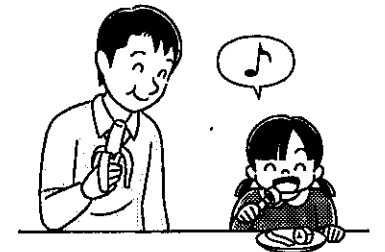
<p>①</p> <p>みかんのおしり側に親指を立てて、穴を開けます。はじめのうちは、穴を開けるのをおとなが手伝います。</p>	<p>②</p> <p>慣れないうちは、皮がちぎれてもよいので、そっとめくりながら、むいていきます。</p>
<p>③</p> <p>むくのが上達してきたら、皮を持ち上げずに、親指を皮と実の間に入れて、少しずつむいていきます。</p>	<p>④</p> <p>実をつぶさないように注意して、皮が花の形になるようにやさしく、ゆっくりむきます。</p>

みかん

みかんはかんきつ類の仲間です。代表的な品種が「うんしゅうみかん」です。皮がやわらかく、簡単にむくことができます。

みかんは、ビタミンCや食物繊維などが多く含まれています。薄皮にも栄養があるので、一緒に食べると、無駄なくとることができます。

間食に果物はいかがですか？



幼児期は消化機能が未熟で、胃も小さいため、3回の食事では、必要なエネルギーや栄養素をとり切れません。そのため、間食を食事の一部と考えて、食べるものを選ぶようにします。果物は、エネルギーやビタミンなどが手軽にとれるので、おすすめです。