



令和5年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子



☆未満児とは1・2歳児クラス、以上児とは3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
【今後の予定】 1/9 始業式(1号認定午前保育) 1/26 未満児なかよし発表会 1/29 全クラス記念撮影(年長児は個人撮影)				1 スイミング 教室(年長)	2	3
4 年長児/年中 児/年少児 記念撮影 (発表会) AM	5	6	7	8 発表会 リハーサル 年長児 (ラポールにて)	9 キラキラ 発表会 年長児 AM	10
11 発表会 リハーサル 年中児 年少児 AM	12 もちつき	13 BBTお正月 CM撮影 年長児 制服着用 AM	14 発育測定 さくらんぼ クラス	15 誕生会	16 キラキラ 発表会 年中児 年少児 AM	17
18 防犯訓練	19 クリスマス会	20 交通安全指導 体育教室 (年長・年中)	21 避難訓練	22 終業式 以上児制服着用 1号認定午前保育	23	24
25 個別懇談会 (たんぽぽ組・かな な組・さくら組・ きく組) 特別保育 申込締切日	26 個別懇談会 (たんぽぽ組 かな組 さくら組 すみれ組 きく組)	27 個別懇談会 (すみれ組)	28	29	30	31

キラキラはっぴょうかい(9日 年長児 16日 年中児/年少児)

年長児・年中児・年少児のキラキラはっぴょうかいを開催いたします。年長児はアイザック小杉文化ホールラポールで、年中児・年少児は幼稚園のお遊戯室で行います。詳しくは先日配布しましたおたよりをご確認ください。



(以上児さんの衣装を着ての記念撮影を 12/4AM に、リハーサルは年長児 12/8 にラポールにて、年中児 年少児は 12/11 幼稚園お遊戯室にて行います)



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、よろしく申し上げます。



13日 富山テレビ CM 撮影(年長児)

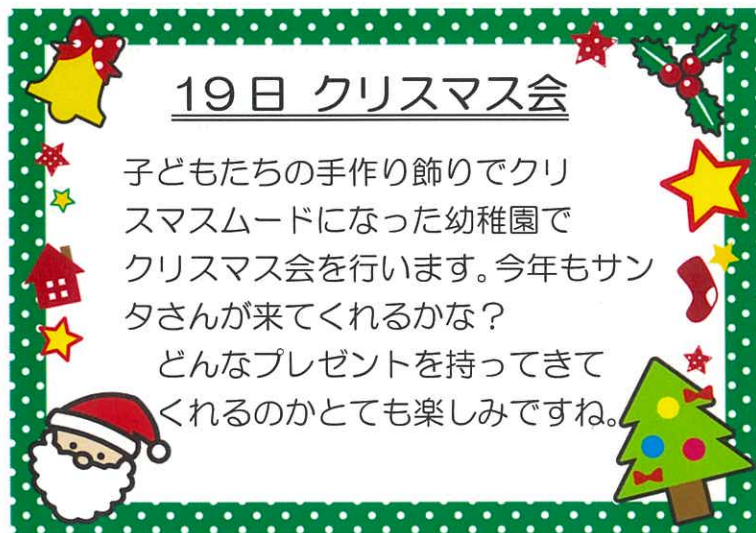
制服着用ネクタイ・ブラウス・紺ソックス

年始に BBT の CM で放送される CM 撮影が午前に行われます。撮影対象児は年長きく組さんです。年長さんは制服で登園してください。撮影後に着替えをしますので、体操服を忘れずにお持たせください。

19日 クリスマス会

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 (1号認定午前保育)

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

25/26/27日 懇談会

たんぽぽ組・かなな組・さくら組・きく組は 25日、26日に開催。

すみれ組は 26日、27日に懇談会を開催します。

懇談会の日程につきましては、後日おたよりを配布しますのでご確認ください。



SCHOOL BUS

~おしらせ~

令和6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)





～やってみよう！～

たんぽぽ組

- 保育者や友達と一緒にクリスマスの曲を歌ったり、踊ったりして雰囲気を楽しもう。
- おしぼりで口のまわりをふいたり、ティッシュで鼻水をふいたりして心地よく過ごそう。

かなな組

- 自分の持ち物（鞆・リュック）を持ち元気に登園、降園しよう！
- 保育者に見守られながら、身の回りの事を自分でやってみよう！～おやつや給食後の片付けなど～

さくら組

- 手洗いや消毒をしっかりし、風邪をひかないように予防しよう。
- 保育者や友達と一緒にクリスマスや餅つきなどの行事に親しみ、歌を歌ったり踊ったりして楽しもう。



すみれ組

- のびのびと体を動かして、健康に過ごそう。
- 文字や数字を読んだり、書いたりできるようになり、自分で絵本を読んだり、友だちに手紙を書いたりして楽しもう。

きく組

- 歌を歌ったり体を動かしたりして感じたことをのびのびと表現しよう。
- 自分の意見を友達に伝えたり、友だちの意見を聞いたりしながら遊びを深めよう。



HAPPY BIRTHDAY

12月生まれのおともだち おめでとう



Merry
Christmas





いよいよ2学期最後の月となりました。

今学期も各行事においてたくさんのご協力を頂きありがとうございました。

保護者の皆さまの子どもたちへの応援、励ましは、子どもたちの成長にとって何よりの「心の栄養」となります。今後も温かくも守ってくださいますよう、よろしくお願い致します。

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素晴らしさの一端を、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」の声が聴けるように、笑顔がたくさん見られるように、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

当園で行っている仏教的情操教育の目的は、園児に「命の尊さ・友達を思いやる心」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。

◎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、そ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。

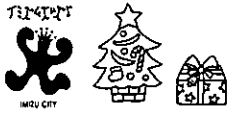
(参考 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿 東洋出版発行武藤隆著)

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、使ってみてみたい等々、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。

◎給食費・保育料等納入金について

12月納入金は、20日(水)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5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。 ・☆印は手作りおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きとぎとの日」です。 14日(木)は大根、26日(火)は白菜です。 			日付 主 食 午前おやつ ● ● (3歳未満児) (全児) 昼食献立	1 牛乳・ルヴァン (ごはん) 魚のカレー揚げ おかか和え かぶのみそ汁	2 幼児牛乳・お菓子 (ごはん) 魚肉ソーセージ スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
4	5 (卵・乳・小麦なし)	6	7	8	9
牛乳・花花せんべい (ごはん) 鶏肉の照焼き グリーンサラダ ひじきちゃんパスタ ☆プリン	幼児りんご・紫いもチップ (ごはん) 魚のタレかけ 金時豆 豚汁 にんじんゼリー	みかん缶 (ごはん) シューマイ カリコリ漬け 酢豚	牛乳・マンナボーロ (ごはん) 厚揚げのそぼろ煮 甘酢和え 玉ねぎのみそ汁	牛乳・たべっこBABY (ごはん) オムレツ ぼてちっちサラダ ミネストローネ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー ピピピチーズ ゼリー 幼児牛乳 充実野菜・お菓子
11	12	13	14 ◎きとぎとの日	15 ●誕生会	16
バナナ (ごはん) 回鍋肉 スティックきゅうり 春雨スープ 牛乳・ばかうけ(ごま揚げ)	牛乳・おせんべい(サラダ味) (ごはん) 揚げ魚の野菜あんかけ もやしナムル 中華スープ ☆カラフルフルーツ	牛乳・きなこもち (ごはん) 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ わかめのみそ汁	牛乳・お子様せんべい (ごはん) 大根と豚肉の揚げがらめ 梅風味和え 豆腐のみそ汁 牛乳・豆乳クッキー	牛乳・鉄塩せん カレーライス えびフライ 変わり和え ▲チョコクレープ▲ 幼児牛乳・セサミハーベスト	幼児牛乳・お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きチーズ ゼリー 幼児牛乳 りんごジュース・お菓子
18	19 ●クリスマス会	20 (卵・乳・小麦なし)	21	22 冬至	23
牛乳・源氏パイ (ごはん) 肉じゃがコロッケ 五目きんぴら ◆すりみ汁 牛乳・白えびもち焼	牛乳・ビスコ パン から揚げ・ポテト 焼きそば・ブロッコリー わかめスープ クリスマスカップデザート 牛乳・ソフトサラダ	幼児りんご・ポテトと豆腐のあんかけ (ごはん) さばのみそ煮 おひたし 貝だくさんすまし汁	牛乳・いちごクッキー (ごはん) 炒り鶏 ブロッコリーのごま和え 白菜のみそ汁	牛乳・きな粉ウエハース (ごはん) さばのかば焼き 三色和え かぼちゃのみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 幼児りんご・お菓子
25	26 ◎きとぎとの日	27	28		
牛乳・カルシウム塩せんべい (ごはん) もみの木ハンバーグ 茹でブロッコリー ポトフ 牛乳・ロアンヌ	牛乳・ミニハート (ごはん) 豚肉と白菜のとろとろ卵とし いんげんのごま和え なめこのみそ汁 牛乳・☆ハムチーズ蒸しパン	牛乳・サブロフ (ごはん) 厚焼き卵 マヨサラダ 肉じゃが みかん(末：みかん缶) 牛乳・チョイス	牛乳・小麦胚芽のクラッカー (ごはん) 肉団子 なめたけ和え 年越しうどん 牛乳・揚一番		

※飲み物がない日はお茶が付きます



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 は じょうずに たべましょう >

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

※おやつを目安量は、食事の10~15%になっています。

◎ 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たべようね。

◎ 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

◎ 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](#) 検索してみよう。

今月の食材 「 白菜 」

きときとの日



白菜はクセがない淡白な味で、ほかの食材と合わせやすく、いろいろな方法で調理できる冬野菜です。
ほとんどが水分ですが、ビタミンCも多く含まれ、風邪の予防や免疫力アップに効果的です。とくに外側の葉にビタミンCがふくまれます。
しっかりと上が閉じていてずっしりと重い白菜は、おいしいです。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甘いです。

今月のレシピ 「 豚肉と白菜のとろとろ卵とじ 」

池多保育園の給食先生考案!

●材料 (1人分)

白菜	40g
ねぎ	10g
にんじん	8g
豚肉	20g
卵	30g
ごま油	2g
みりん	2g
しょうゆ	2g
砂糖	2g
中華スープの素	1g
片栗粉	1g

●作り方

- 白菜は2cm幅に切り、ねぎは斜め薄切り、にんじんは1cm幅の千切りにする。
- 鍋にごま油をひき、豚肉、ねぎ、にんじんを炒める。
- ②に白菜と大さじ1の水をいれ、具材がやわらかくなったら、調味料をいれる。
- ③に水溶き片栗粉をいれ、とろみがつくまで煮る。
- ④に溶き卵をまわし入れフタをして煮る。

寒い冬にぴったりのあったかいおかずです。つくって感想アレンジ方法等、園に教えてください。



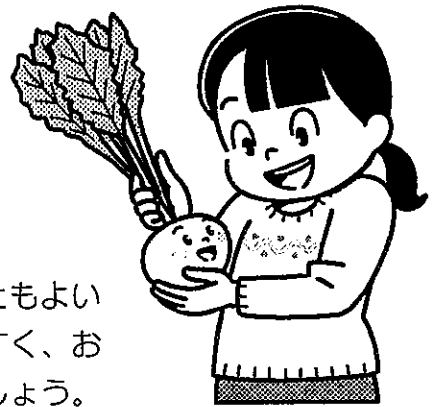
【クイズ】 はくさいにくろいてんがついていることがあります、くろいてんはなんででしょう?

- ①むしくいのあと ②よごれ ③はくさいのせいぶん

答えは下にあります

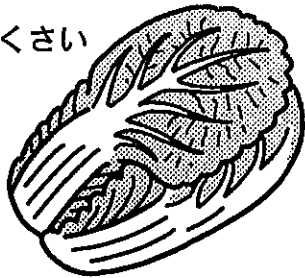
たのしくたべようニュース

冬が旬の おいしい野菜



旬とは、野菜、果物、魚介などがよくとれて、味のもっともよい時です。旬のものは、たくさん出回るために安価になりやすく、おいしくて栄養価にも富んでいます。旬の冬野菜を見てみましょう。

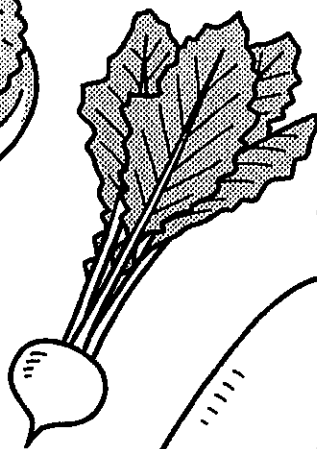
はくさい



ブロッコリー



れんこん



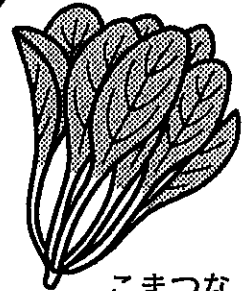
かぶ



だいこん



ねぎ

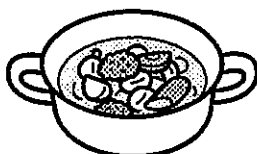
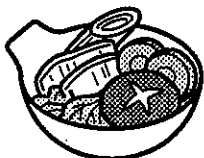


こまつな



ほうれんそう

いろいろな料理で 野菜を食べよう



野菜は、体の調子をととのえるビタミンや無機質、食物繊維を豊富に含みます。不足しがちな野菜を食べるためには、生だけではなく、加熱をして、なべ料理やスープなどにして食べましょう。

ていねいな手洗いの習慣を

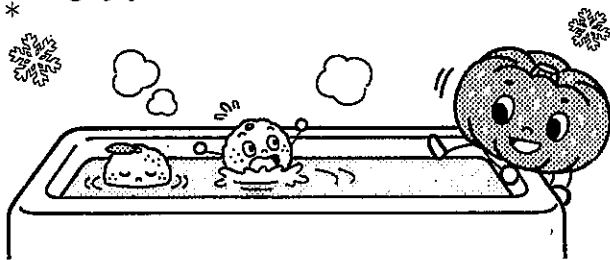
石けんを使った手洗いは、食中毒やかぜ、インフルエンザなどの感染症を予防する効果があります。

ご家庭でも、ていねいな手洗いの習慣をお願いします。



冬至

* 冬至は、1年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日を境に太陽の力が復活することから、「一陽来復」とも呼ばれています。冬至には、かぼちゃや小豆がゆを食べ、ゆず湯に入る習慣があります。



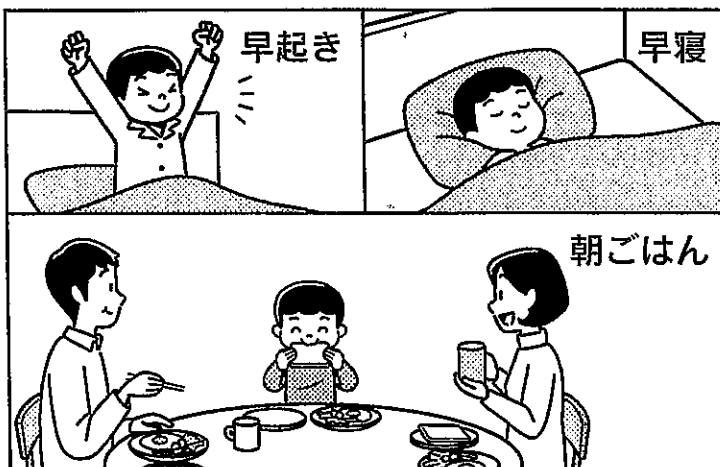
年越しそば

大みそかの夜に、縁起をかついでそばを食べる習慣があります。地域によっては、年が明けてから食べる場所もあるそうです。年越しそばの由来は、寿命が細く長くあるように願って食べたという説や、金細工師が作業場に散った金粉をそば団子で集めたことから、新年の金運を願って食べたという説などがあります。



休みの日も

早起き・早寝・朝ごはん



人は、朝に目覚めて、日中に活動し、夜は脳と体を休めるというリズムを持っています。体温の変化やホルモンの分泌なども一日の中でリズムがあるため、心身共に健康でいるためには、生活リズムをととのえることが大切です。休みの日も平日と同じように、早起きや早寝を心がけ、栄養バランスのよい朝ごはんを食べて生活リズムをととのえましょう。

ほけんニュース

冬の感染症を予防しましょう

寒くて空気の乾燥している季節には、かぜやインフルエンザ、ノロウイルスやロタウイルスによる胃腸炎などが流行します。感染症を予防するには、手洗い、うがいはもちろん、生活リズムをととのえて、病気に負けない体をつくるのが大切です。



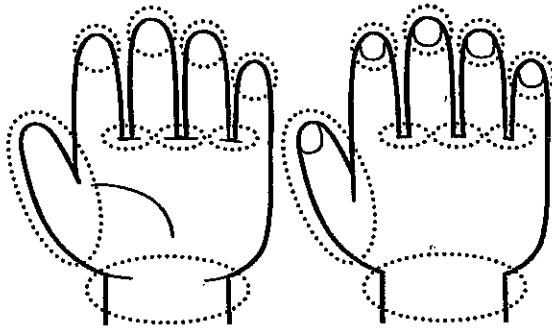
感染症
予防に

大切な 手洗い うがい

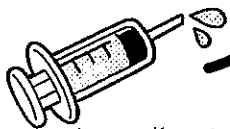
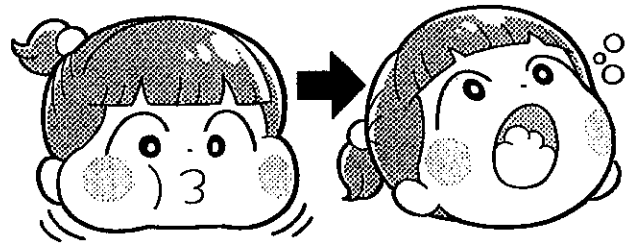
【手洗い】 手には、細菌やウイルスが付着しています。外遊びの後、食事の前などに石けんでいねいに手洗いをします。指先や指の間、親指や手首は洗い残しが多いので注意して洗いましょう。

【うがい】 外遊びの後や、人で混雑した場所から帰った時などにうがいをします。まずはブクブクうがいで口の中の汚れを落とし、上を向いてガラガラうがいを2～3回繰り返します。

洗い残しの多いところ



ブクブク→ガラガラうがい



インフルエンザの予防接種について

インフルエンザにはワクチンがあります。13歳未満は2回、13歳以上は1回接種が基本です。感染を完全に防ぐことはできませんが、発症や発症した後の重症化を予防する効果があります。

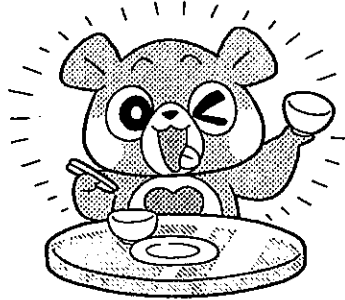
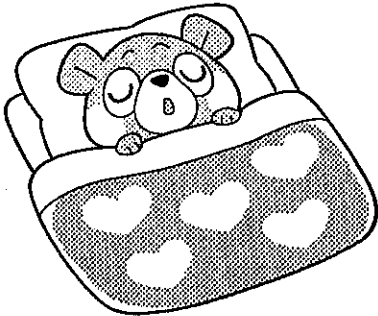
予防効果が期待できるのは、接種が終わってから2週間から5か月程度と考えられています。インフルエンザは、1月～2月に流行のピークを迎えるので、その前に予防接種を受けておきましょう。

かぜに負けない体づくりを

早起き早寝

3食を食べる

体を動かす



元気に過ごすためには、規則正しい生活を送ることが大切です。十分な睡眠をとること、栄養バランスのよい食事を3食とること、外遊びをすることなどを心がけましょう。

インフルエンザ いつから登園していいの？

インフルエンザにかかってしまったら、「発症後5日が経過していること」、「解熱後3日が経過していること」の条件を満たすまでは登園を控えてください。日数を数える時は、発症日は含まず、翌日から発症1日目と数えます。下の表でご確認ください。

例	発症日	発症後5日間(登園停止)							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
発症後 1日目に 解熱した時	発熱 	解熱 	1日目 	2日目 	3日目 		登園 可能		
	出席停止								
発症後 2日目に 解熱した時	発熱 	発熱 	解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 可能		
	出席停止								
発症後 3日目に 解熱した時	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園 可能	
	出席停止								