



令和7年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子
今月の行事予定

☆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】 2/14 以上児キラキラコンサート(AM) 2/20 かな組保育参観 2/26 以上児保育参観 2/27 たんぽぽ組保育参観 3/16 卒園式(在園児1号認定13:00降園) 3/19 終業式(1号認定午前保育)			1  元日	2	3	4
5	6	7	8	9 始業式 以上児制服着用 1号認定午前保育	10	11
12  成人の日	13	14	15 新年 お楽しみ会	16 記念撮影 AM (全クラス) 以上児制服着用	17	18
19 防犯訓練 発育測定 鼓隊指導 年中児PM	20 避難訓練 スナップ 写真販売 (園撮影・ヒロ シフォト撮影)	21 交通安全指導 年長児 スイミング 教室(AM)	22 さくらんぼ クラス (未就園児対象)	23 誕生会 特別保育 申込締切日	24	25
26	27 なかよし 発表会 リハーサル スナップ 販売終了	28 体育教室 (年長・年中) (AM) えんぴつ持 ち方講座AM (年少・年長)	29 以上児 合唱指導 (AM)	30 未満児 なかよし 発表会 AM	31	

9日 始業式 以上児制服着用

3学期が始まります。1年の締めくくりでもある3学期を、元気に楽しく過ごしましょう。

※1号認定のお子さんは
午前保育です



15日 新年お楽しみ会 AM

全園児が集まり新年のご挨拶から始まり、各クラスに園長先生からお年玉をいただきます。その後、以上児・未満児に分かれて、干支の話やお正月ならではの遊びを楽しみます！

16日 記念撮影 AM

16日(金)に記念撮影(全園児対象)を行います。

年長きく組さんは卒園アルバム用の『個人の撮影』をし、たんぽぽ組・かな組・さくら組・すみれ組のお子様は『クラス集合』の撮影となります。以上児のお子さんは制服着用(ブレザー・指定ブラウス・ネクタイ・ズボン or スカート・紺ハイソックス)で登園し、体操服を持たせてください。未満児さんは通常通りの服装で大丈夫です。



19日 鼓隊指導 PM(年中児)

年長組さんへのはじめの一步！

西方先生による初めての鼓隊指導が行われます。

年中組さん、張り切って頑張りましょうね！



30日 なかよし発表会 AM(未満児)

たんぽぽ組さん、かな組さんの“なかよし発表会”を開催します。子どもたちの頑張りに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！
詳しいお知らせやプログラム等は、後日配布いたします。

(リハーサルは27日(火)に行います。)

スナップ写真販売

1月20日(火)～1月27日(火)までの期間、スナップ写真販売を行います。
内容は、2学期中の職員撮影分のもの、ヒロシフォトさん撮影の年長児キラキラ発表会です。

期日を過ぎますと注文ができなくなりますので、ご注意ください。



園庭に雪が積もったら幼稚園でも雪遊びをしますので、雪遊びの準備をしてください。

※詳しくは、12/17 ゆめねっとにて配信済みのおたよりをご確認ください。



令和8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、1/9の3学期始業式までに必ずお知らせください(厳守)

やってみよう！

たんぽぽぐみ

- 生活リズムを整え、機嫌よく元気に過ごそう。
- 先生やお友だちと一緒に歌や手あそびを楽しんだり、絵本やパネルシアターの世界に親しんだりして楽しもう。

かなぐみ

- 友だちや先生と言葉のやり取りを楽しみながらごっこ遊びや表現遊びを楽しもう。
- 自分の思いを伝えたり、友だちの思いを知ったりしながら、かかわりを深め一緒に過ごす楽しさを感じよう。

さくらぐみ

- 食事のマナーを守って楽しく食べよう！
～箸を使って上手に食べられるかな？～
- 自分の思いを言葉で伝えたり、友だちの思いを聞いたりして一緒に遊ぶ事を楽しもう！
- うがいや手洗いを自ら行い、風邪に負けず健康な体をつくろう！

すみれぐみ

- 冬の寒さに負けず、思いきり身体を動かして遊ぼう。
- お正月ならではの遊びを友達や先生と一緒に楽しもう。
- 楽器にたくさん触れ、みんなでリズムを揃えて鳴らそう！

きくぐみ

- 年賀状ごっこなど、お正月ならではの遊びを通して文字や数字に関心を深め、友達と手紙のやり取りを楽しんだり、郵便屋さんになりきったりして遊ぼう。
- 寒さに負けず、元気に体を動かそう！
～なわとびと、もっとなかよしくなろう！～





鷹 寺 学 園

INFORMATION



1月9日始業式より 令和7年度の締めくくりとなる3学期が始まります。
各学年が総まとめの学期として、進級・進学に期待を持てるよう、子どもたちと十分にふれ合いながら、落ち着いた保育活動を行っていきます。
今後も引き続き、当園の保育・教育活動にご理解ご協力をお願いします。

◎初詣

鷹寺学園・鷹寺福祉会は、お寺が経営母体となっている園です。
年末に初詣のご案内をさせて頂くと、たくさんの方がお参り下さいます。園歌に「大仏様に守られて」という歌詞があります。
私たちは「いつも誰かに守られている」という事を子ども達に話し、「やさしい心」「人を思いやる心」「命の大切さを知る心」を育てる事を目標としております。
当園の宗教的情操教育に、ご理解をお願いします。
※園の教育は、特定の宗教を押しつけるものではありませんので、ご理解下さい。



◎子どもが育つ魔法の言葉より

(PHP文庫 ドロシー・ロー・ノルト 平野卿子 訳)

子どもが小さいほど、ゆっくりと歩きましょう
親の一步は、子どもの三歩や四歩だということを 忘れないで下さい
よちよち歩きの子を引っぱっていかないで
子どもをせかして走らせないで！
それから、お父さん
あなたの歩幅はお母さんより広いのですよ



◎お正月を経験して

お正月の遊び、飾り物、食べ物には、一つ一つのものに意味があり、その由来があります。
どのような意味があるのか、お子さんと一緒に調べてみてはいかがでしょうか。
すごろくやカルタなどには、子どもたちが文字や数字に興味を持つきっかけがあります。絵札の文字や絵、読み札のリズミカルな文章などから、何かを感じ取ってくれるでしょう。
園でも、子どもたちが経験し興味を抱いたことを取り上げ、活動をより膨らませていきたいと思っています。
私たちは、子どもたちが目を輝かせながら「先生 聞いて、聞いて！」とお話をしてくれるのを待っています。

*保育料について

1月は26日(月)を予定しています。





1月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和8年1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「きときとの日」です。 21日(水)は小松菜、 27日(火)は水菜です。		日付 主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	1 元日	2 	3
5 (卵・乳・小麦なし) 豆びよいちご・花花せんべい (ごはん) 鶏肉の照焼き 紅白なます 玉ねぎのみそ汁	6 牛乳・たべっこBABY (ごはん) 揚げ魚のレモン風味 にんじんサラダ チンゲン菜のスープ	7 牛乳・鉄塩せん (ごはん) チキンロール ひじきのサラダ 七草うどん	8 牛乳・バナナ (ごはん) 野菜炒り卵 白菜のコーン和え なめこのみそ汁	9 牛乳・ミレービスケット (ごはん) さばのみそ煮 かぶの即席漬け すまし汁	10 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
りんごジュース・こめ練くん(むらさきいもせんべい)	牛乳・☆マカロニあべかわ	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳・ベジタブルせんべい	☆芋ぜんざい	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
12 成人の日	13 牛乳・ミニぼん こさかな (ごはん) オムレツ グリーンサラダ カレーシチュー	14 牛乳・アンパンマンのベビーせん (ごはん) マーマレードチキン 粉ふき芋 水菜のみそ汁	15 ヨーグルト (ごはん) 肉団子 ごまじゃこサラダ 卵とコーンのスープ	16 牛乳・きなこもち (ごはん) 魚の和風マヨかけ おひたし 田舎汁	17 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	牛乳・カルテツサブレ	☆フルーツヨーグルト	牛乳・☆ミニあんまん	牛乳・ミニハート	きになる野菜(キャロット)・お菓子
19 (卵・乳・小麦なし) りんごゼリー (ごはん) 鶏肉の竜田揚げ ナムル 里芋のみそ汁	20 牛乳・マンナウエファー (ごはん) 鮭の塩焼き 白菜とりんごのサラダ 豚汁	21 ◎きときとの日 牛乳・白い風船 (ごはん) えびフリッター ◆よごし 貝だくさんすまし汁	22 牛乳・味しらべ (ごはん) 魚の磯辺天ぷら 三色和え 油揚げのみそ汁	23 ●誕生会 牛乳・ハイハイン カレーライス チキンカツ 変わりりえ 畠 みかんクレープ 畠	24 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
きになる野菜(白ぶどう)・ソフトせんべい	☆キャラメルプリン	牛乳・カリボテミニ	牛乳・☆りんご蒸しパン	幼児牛乳・こぶ柿	幼児ぶどう・お菓子
26 牛乳・ハッピーターン (ごはん) 里芋コロッケ 切干ナポリタン かぼちゃのみそ汁	27 ◎きときとの日 牛乳・ねじねじ (ごはん) ジンジャーチキン やみつきキャベツ 水菜入りワタンスープ	28 牛乳・星たべよ (ごはん) 魚のねぎ味噌かけ なめたけ和え 豆腐のすまし汁	29 コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) 春巻き ドレッシング和え ねぎ入りポトフ	30 幼児りんご (ごはん) 親子煮 ゆかり和え 白菜のみそ汁	31 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
牛乳・豆乳ウエハース	牛乳・チョイス	牛乳・☆ジャムサンド	牛乳・ばかうけ青のり	牛乳・味付小魚	りんごジュース・お菓子

※飲み物がない日はお茶が付きます



1月 食育だより



令和8年1月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

いよいよ新しい年がスタートします。お正月は、新しい年を迎えられたことに感謝し神様をお迎えして1年の豊作と家族の健康を願う行事です。新年も子どもたちが健康に過ごせるよう、栄養のバランスがよくおいしい給食はもちろん、紅白なますや七草などの行事食や郷土料理を取り入れ、食について楽しく学べる給食に努めていきます。

いっしょに「つくって・たべて・つたえよう！」おてつだいにチャレンジ

子どものお手伝いは、「作る・食べる・かたづける」を体験しながら、人とのコミュニケーションや食文化、命の育ちなどを学ぶことができます。できることから、子どもといっしょに挑戦してみましょう。

幼児にできる「食事のおてつだいの例」



子どものころから食事作りに親しんでもらうためには、「お手伝い」がおすすめです。「よくできたね」「ありがとう」といった声掛けは、子どもの主体性や自己肯定感を育てることができます。

今月の食材：小松菜

きときとの日



小松菜はカロテン、ビタミンC、ビタミンK、カリウムなどのミネラルをたっぷり含む緑黄色野菜です。カルシウムはほうれん草の約3倍も含み、骨や歯の強化に役立ちます。おいしい小松菜の見分け方は、『葉と茎にハリがありみずみずしい』『葉の緑が鮮やかできれい』『根元が太くしっかりしている』ものを選びましょう。

今月のレシピ「小松菜のよごしごはん」

保育園の
給食先生おすすめ！

●材料（1人分）

米	40g
小松菜	30g
人参	10g
コーン	5g
味噌	7g
さとう	2g
みりん	2g
ごま油	1g

●作り方

- ① 小松菜を茹で、水にさらしてよくしぼり、こまかく刻む。
- ② 人参を千切りにし柔らかくなるまで茹でる。
- ③ ①、②、Aを合わせ、ごま油で炒める。焦げないように注意する。
- ④ コーンをゆで、③と合わせ味を整える。
- ⑤ 米は洗米し、炊飯し炊きが終わったら、上に④をのせて完成。

よごしは富山県の郷土料理です。大根菜の代わりに小松菜を使用し、子ども達が食べやすいよう、人参とコーンを加えました。小松菜の苦みが苦手な子ども達も食べやすいように、甘みのある味つけにしました。つくってみた感想やアレンジ方法等、園に教えてください。



【クイズ】 こまつな と おなじ なかまは どれでしょう？

① みずな

② ほうれんそう

③ セロリ

答えは下にあります

ほけんニュース



大切な子どもの睡眠



眠りの役割

脳と体の休息

日中の活動で疲労した脳と体を休ませて、回復させます。



成長ホルモンの分泌

体の成長や、細胞を修復させるホルモンの分泌を促します。

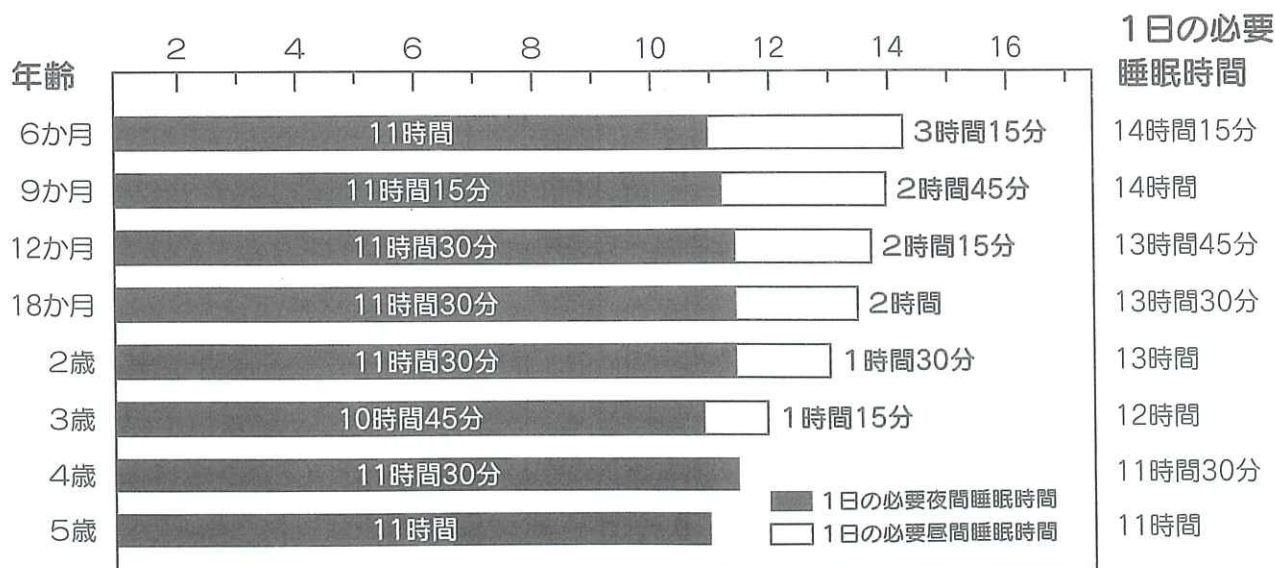


記憶の整理・定着

その日に学んだ知識や経験が整理されて、脳に記憶されます。



子どもに必要な睡眠時間



出典 R.M.Kliegman et al. Nelson Textbook of Pediatrics, 19th ed, Saunders, 2011 より、成田奈緒子先生改変

「朝は明るく 夜は暗く」が乳幼児の脳に大切



乳幼児の脳で特に大切なのが、朝に明るい太陽の光を浴び、夜は暗く静かな環境を与えることです。毎日規則正しく過ごすことで、睡眠と覚醒のリズムがつくられ、脳の中の体内時計が正常に動き出し、体内環境をととのえる物質が、タイミングよく分泌されるようになります。すると、朝に目が覚め、夜に眠くなる脳を育てることができます。

子どもの不調の原因は睡眠にあり？



「食が細い」「便秘」「けがが多い」などの子どもの不調は、睡眠が原因の場合があります。不調のある子どもの生活を見てみると、睡眠時間が足りないことも多いので、お子さんの年齢に合わせた十分な睡眠時間を、規則正しくとることを習慣にしてください。

スマートフォン タブレットは 眠る前に見せないで

電子機器から出る光で、脳はまだ昼間だと勘違いして、寝る時間になっても眠くならなかったり、睡眠が浅くなったりしてしまいます。夜はタブレットなどを見ないように、保護者の方が気をつけてあげてください。



眠る前の入眠儀式

寝る前にいつも同じことを行う習慣をつけると、子どもは安心して眠れます。絵本の読み聞かせやお話、歯みがき、家族やぬいぐるみにおやすみをいうなど、さまざまな方法があります。

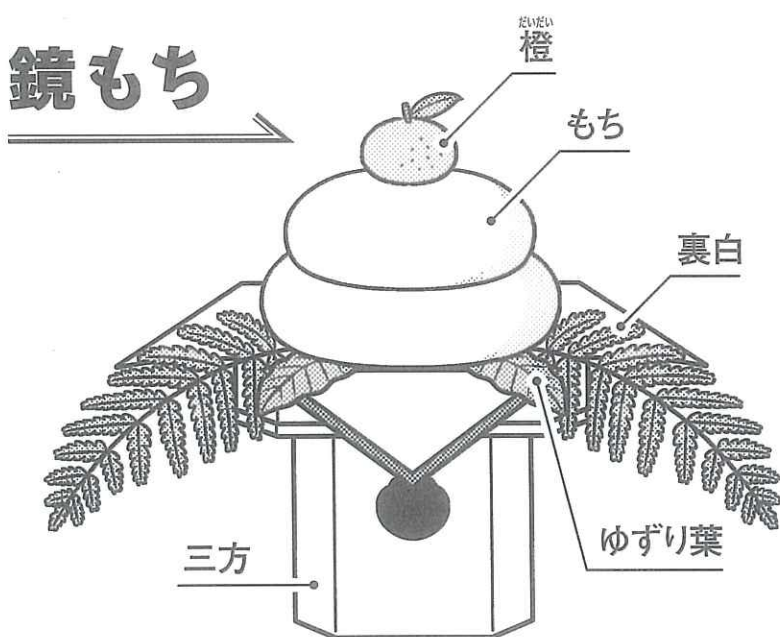


たのしくたべようニュース

鏡もちと鏡開き

正月は、1年で最初の行事です。1年の始まりを祝い、一家の健康と幸せを祈ります。正月には、鏡もちをお供えする家庭も多いかと思います。正月にお供えする鏡もちと鏡開きについて、見てみましょう。

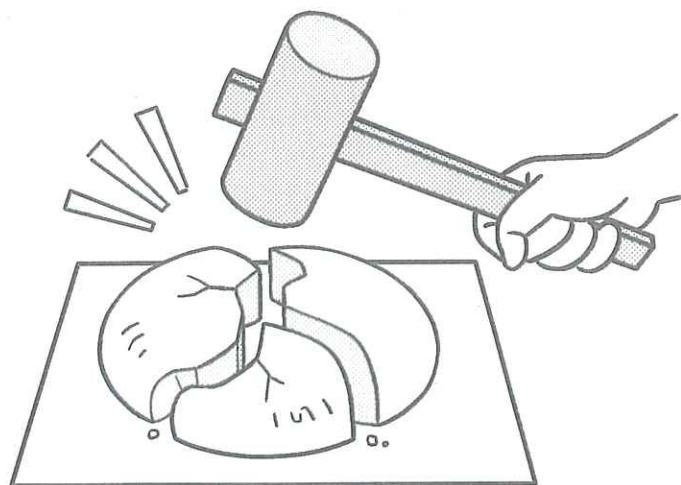
鏡もち



鏡もちは、年神様を迎え入れるために神仏の前や床の間などに飾ります。丸い形にした大小2つのもちを重ねて三方にのせ、^{だいだい}橙や裏白、ゆずり葉やこんぶ、くし柿、伊勢えびなどを飾ります。この飾りには、それぞれ意味が込められ、例えば橙には、「代々家が続くように」といった意味があります。飾るものや飾り方は、地域や家庭によって異なります。

鏡開き

鏡開きでは、1月11日に年神様にお供えしていたもちをおろして、木づちなどでたたいて小さくし、おしるこなどにしていただきます。お供えしたもちなので、刃物で切ることは避けます。もとは武家社会の風習で、^{よろい}鎧や^{かぶと}兜などの具足にお供えしたもちを、雑煮などにして食べたことが由来だそうです。もともとは、1月20日に行われていましたが、江戸幕府3代将軍徳川家光が20日に亡くなったため、11日に行われるようになったといわれています。地域によっては、15日や20日に行われるところもあります。



鏡開きをしたもちはどうするの？



鏡開きをした後、細くなったもちはおしるこにして食べます。ほかにも、油で揚げて、かきもちにしたり、雑煮にしたりして食べます。

市販のあんを手軽につくろう

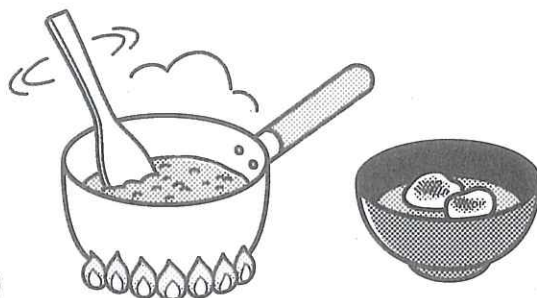
おしるこ

材料(4人分)

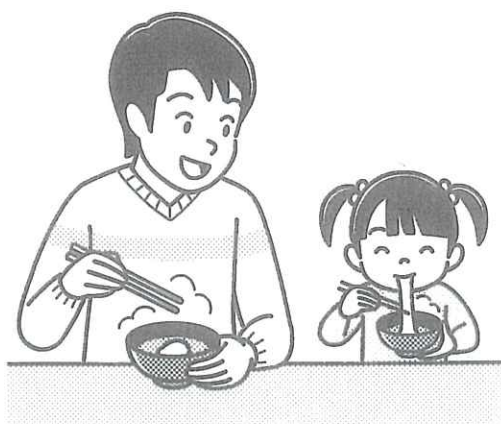
市販のこしあん、
またはつぶあん ... 400g
水 400mL
もち 好みの量
塩 少量(1~2g)

つくり方

- ① あんと水を鍋に入れ、こげないように煮溶かして、塩を入れます。
- ② もちを焼きます。
- ③ わんにもちを入れ、①を注いでできあがりです。



子どもたちに伝えたい年中行事と行事食



「行事」の「行」と「事」は、もともと「まつり」という意味があるといわれています。年中行事は、江戸時代の中期以降、一般庶民にも定着し、現在わたしたちが行っているような原型が次第にととのえられました。

年中行事と行事食は切り離せないもので、それぞれの行事には、食を媒介した健康への願いが込められているといえます。