

2月

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】 3/6 おわかれ会 3/11 卒園式リハーサル 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) 4/8 令和8年度 1学期始業式(1号認定午前保育) 4/10 令和8年度 入園式						 1
2	3 節分の集い 	4 以上児 器楽指導 (AM)	5 以上児 合唱指導 (AM)	6	7	8
9	10	11  建国記念の日	12 以上児 合唱指導 (AM)	13 以上児 キラキラ コンサート リハーサル (AM)	14 以上児 キラキラ コンサート (AM) 制服着用	15
16 涅槃会(AM) 以上児 制服着用 発育測定 防犯訓練	17 避難訓練	18 交通安全指導	19 以上児 なわとび 大会 (AM)	20 誕生会 かな組 保育参観 体育教室 (年長・年中)	21	22
23  天皇誕生日	24 さくらんぼ クラス (未就園児対象)	25 年長児 スイミング 教室(AM) 入園説明会 (PM) 特別保育 申込締切日	26 以上児 保育参観	27 たんぽぽ組 保育参観	28	

3日 節分の集い



- 2月3日は「節分」です。
- 心の中の“おこりんぼう鬼”“泣き虫鬼”
- “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！

※食品(豆)による子どもの窒息、
誤嚥事故防止のため、
節分の豆は使用しません



今年度最後となる保育参観を実施します。友達とのかかわりや先生とのふれあい、遊びや活動に取り組む子どもたちの様子をご覧ください。

保育参観

26日 以上児

すみれ組 10:00~
さくら組 11:15~
きく組 13:00~

未満児

20日 かな組 10:00~
27日 たんぽぽ組 10:45~

16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。



25日 入園説明会

来年度入園されるお子さんの半日入園そして、保護者様対象の入園説明を行います。



4日 器楽指導 AM(以上児)

5日・12日 合唱指導 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、合唱を浅地先生にみていただきます。器楽・合唱の指導は午前中に行われます。

14日 キラキラコンサート(以上児)

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。詳しい日程、お知らせ、プログラム等は、別紙をご確認ください。



13日(金)の午前中ラポールにてリハーサルを行います。この日以上児さんは9時過ぎに園を出発します。時間に余裕を持ち登園してください。また、リハーサルの日は体操服の上にブレザーを着用して登園してください。

やってみよう！

たんぽぽぐみ

- ・「自分でやってみたい！」の気持ちを大切に、身のまわりのことを先生に手伝ってもらったり、自分でやってみたりしよう。
- ・体調を整え、寒い冬も元気いっぱいに過ごそう。

かなぐみ

- ・簡単なルールのある遊びを楽しみ、友だちとかかわって遊ぶ面白さを味わおう。
- ・マナーを守りながら、いろいろな食材に興味を持って食事を楽しもう。

さくらぐみ

- ・友だちと遊びを楽しむ中で、関りを深め自分の気持ちを言葉で伝えてみよう！
 - ・冬の寒さに負けず、友だちや、先生と一緒に体を動かす事を楽しもう！
 - ・進んで元気に挨拶をしよう！
- ～おはよう！さようなら！言えるかな？～

すみれぐみ

- ・みんなで頑張ったり協力したりする気持ちを高めていこう。
～きく組に向かって頑張るぞ！！～
- ・冬の寒さに負けず、友だちや先生と身体を動かして遊ぼう。
～雪遊びを楽しもう！～

きくぐみ

- ・できなかったことや初めてのことに積極的にチャレンジしよう！
- ・雪や氷の面白さや不思議さを感じ、試したり工夫したりして楽しもう。





雪が降る様子を見たり、遊びへの意欲を見せたりする子どもたち。
環境を整えながら、様々な感染防止に心がけ、健康観察に努めるようにしていきます。
また進級・進学への意欲が高まるよう活動を進めます。
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。

◎豆まき

園では、子どもたちの心の中にはどのような鬼がいるか、話をします。
わがまま鬼 いじわる鬼 泣き虫鬼 欲張り鬼 好き嫌い鬼 色々な鬼が子どもたちの口から出てきます。

私たちは、節分の由来を伝え、どのように鬼を退治するのかを考えます。
鬼が逃げていく姿から、「自分たちで退治出来た」満足感が得られます。
我慢をすることや、勇気を出すことができればそれは「成長につながる」のだと感じてもらえるよう子どもたちの心に寄り添います。
お家でもご家族で「鬼退治を応援しているよ」と送り出してあげてください。



◎経験を重ねて



1学期、2学期を通して経験した様々な活動は、確実に子どもたちの成長への糧となっているはずです。
園での運動会や発表会の準備として、行事に向かって子どもたちとともに考え、話し合う機会を多く持つことで、「思いを伝える」「相手の思いを受け取る」経験を積むことができます。
たくさんの言葉を覚え、場に応じたふさわしい言葉を使えるようになるにはお友だちとのお話を楽しんだり、行動や気持ちをコントロールしたり、思いや考えを保育者やお友だちと伝え合ったりするなどの積み重ねが必要です。
子どもたちそれぞれの年齢に合った「伝え合い」を、私たちは見守り育てていきます。
(非認知能力の高まりにつながります)

*給食費・保育料について
2月は25日(水)を予定しています。



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。 16日(月)は水菜です。 		 2月12日(木)は ステップアップ献立です 年長児がスムーズに学校給食に移行できるように、小学校と同じ献立の「ステップアップ献立」を2月・3月に実施します。また、食材に関しても小学校と同じものを使用して食べる練習をしていきます。		日付 主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ		
2 (卵・乳・小麦なし)	3 ● 節分献立	4	5	6	7	
幼児ぶどう・花せんべい (ごはん) 豚肉の生姜焼き 白菜のゆかり和え かぼちゃのみそ汁	牛乳・星っこ ちらし寿司 ちくわの磯辺揚げ きゅうりのあっさり漬け 豆腐のすまし汁	牛乳・たべっ子BABY (ごはん) 肉団子 ゆでブロッコリー サッポロラーメン	牛乳・カルテツウエハース (ごはん) ◆すりみ揚げ 切干大根のサラダ キャベツのみそ汁	牛乳・ルヴァン (ごはん) チンジャオロース きゅうりのナムル あっさりわかめスープ	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・こめ棒くん(ペスタブルせんべい)		幼児牛乳・☆鬼蒸しパン	牛乳・カルシウム塩せんべい	牛乳・アニマルビスケット	牛乳・カリポテミニ	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
9	10	11	12 ステップアップ給食	13	14	
牛乳・星たべよ (ごはん) 厚焼き玉子 ツナときゅうりの酢の物 すき焼き煮	牛乳・たまごせんべい (ごはん) コーンコロッケ マカロニのミートソース炒め 野菜のスープ	 建国記念日	牛乳・マンナビスケット (ごはん) あじフライ コールスローサラダ カレーポトフ	牛乳・豆乳クッキー (ごはん) チキンナゲット カラフルポテト 水菜のスープ	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・たまごのサブレ	☆フルーチェ		牛乳・しるこサンド	☆ハートのゼリー	きになる野菜(キャロット)・お菓子	
16 ◎きときとの日	17	18	19	20 ● 誕生会	21	
牛乳・鉄塩せん (ごはん) チキンとポテトの揚げがらめ 水菜のさっぱりサラダ 大根のみそ汁	牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) しゅうまい ハンサンスー 八宝菜	地産ヨーグルト (ごはん) さばのみそ煮 白菜のごま和え のっぺい汁	牛乳・ミレービスケット (ごはん) 揚げ鶏のたっぷり玉ねぎソース いんげんのごまみそ和え かきたま汁	牛乳・きな粉ウエハース (ごはん) カレーライス ボイルウィンナー うめマヨ和え ㊦ パンナコッタ風 ㊦	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・チーズサンド	牛乳・☆いちご蒸しパン	牛乳・☆ミニ肉まん	☆プリン	牛乳・たまごのサブレ	豆びよいちご・お菓子	
23	24	25 (卵・乳・小麦なし)	26	27	28	
 天皇誕生日	牛乳・ビスコ (ごはん) 魚のかば焼き風 ひじきの炒め煮 じゃがいものみそ汁	野菜&フルーツ・きなこもち (ごはん) 厚揚げのそぼろ煮 兄弟和え 白菜のみそ汁	牛乳・むらさきいもせんべい (ごはん) 鶏肉のオレンジソース ボイルキャベツ ワンタンスープ	牛乳・さくさくかぼちゃポーロ (ごはん) 鮭の塩焼き レンコンのきんぴら 具だくさん汁	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・二色せんべい	りんごジュース・ぼりぼりパンフキン	牛乳・芋けんぴ(シガーフライ)	牛乳・おにぎりせんべい	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

立春を迎え、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続きます。あたたかい春を心待ちにしながら、元気に過ごすために手洗い・うがい、栄養バランスのよい食事を毎日しっかり食べ、十分な睡眠をとりましょう。からだの中から病気を追いはらおう！体調が悪いときの食事について症状別に食事のポイントを紹介します。

下痢が続くとき

下痢によって水分が失われるので、十分な水分を補給しましょう。また、水分とともに失われるミネラル類の補給も必要です。



湯冷まし、油分のない野菜スープ、消化のよいおかゆ、やわらかく煮たうどん など

りんごやにんじんに含まれるペクチンという食物繊維は下痢の改善に役立つのでおすすめです。



ひかえたほうがよいもの
肉や乳製品、酸味の強い果物
冷たいもの、炭酸飲料、菓子類 等



嘔吐が続くとき

水分補給を優先し、吐き気がおさまったら食事を再開しましょう。



水分補給する
嘔吐後2～3時間休ませてから、少量ずつ水分をとる

吐き気がおさまったら→欲しがる量をあげる
食欲がでてきたら→消化のよいものを少量ずつとる

熱があるとき

熱がでると食欲もおち、水分、ビタミン・ミネラル類なども消耗しやすくなります。しっかり水分補給をしましょう。



水分補給する
脱水に注意し、常温の水や麦茶
経口補水液を飲みましょう

発熱時はエネルギーやたんぱく質、ビタミンが消耗されます。食欲がでてきたら消化のよいものをとる
おかゆ、やわらかく煮たうどん
豆腐、卵、白身魚などがおすすめです。



今月の食材：水菜

きときとの日



日本が原産で古くから栽培されてきた水菜は、鍋料理やお浸し、サラダでお馴染みの食材です。アクやくせがなく、シャキシャキした歯触りが特徴です。

水菜は、緑黄色野菜で、β-カロテンやビタミンCなどのビタミン類を多く含んでおり、免疫を高める作用もあります。β-カロテンは油といっしょに、ビタミンCは生で食べると吸収率がアップします。

新湊うみいるこども園
の給食先生おすすめ！

今月のレシピ「水菜のさっぱりサラダ」

●材料（1人分）

- 水菜 15g
- 人参 10g
- 切干大根 5g
- 酢 2g
- 砂糖 1g
- しょう油 2g
- 白すりごま 1g
- ごま油 1g

●作り方

- ① 水菜は食べやすい長さに切り、シャキシャキ感が残る程度に茹でる。
- ② 人参は千切りにして茹でる。
- ③ 切干大根は水で戻してから、食べやすい大きさに切り、茹でる。
- ④ ①②③を冷まし、よくしぼる。
- ⑤ 酢、砂糖、しょう油を合わせ、火にかけ、酢醤油を作る。
- ⑥ 冷めた酢醤油を④に和え、白すりごま、ごま油を混ぜる。

子どもが食べやすい味付けで、水菜のシャキシャキ感を味わえる一品です。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】みずなはどこのくにでうまれたのかな？

① にほん

② ドイツ

③ アメリカ

答えは下にあります

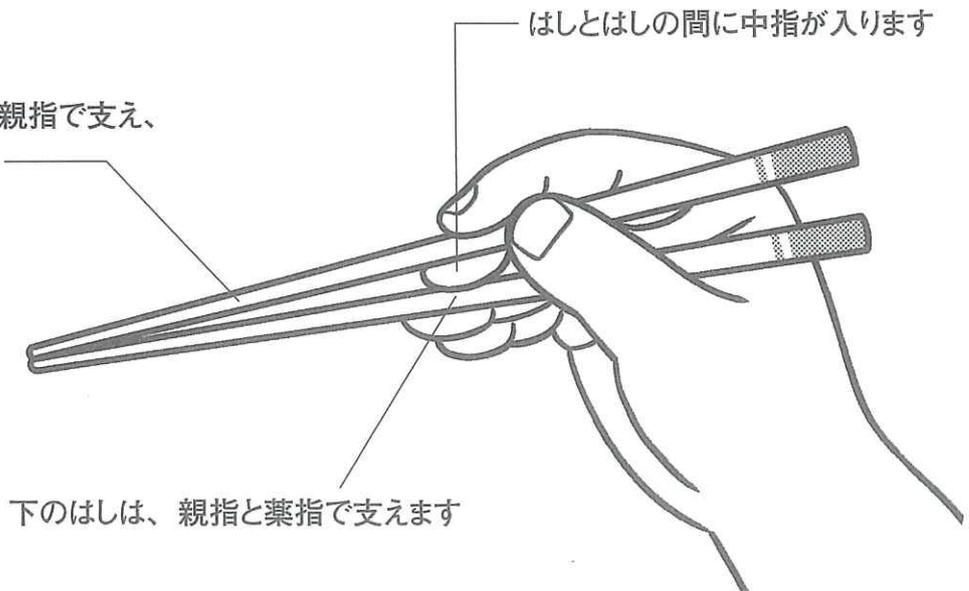
たのしくたべようニュース

はしと茶わんを上手に持とう

乳幼児期は、食事の時に手づかみから、スプーン、はしを使って食べるように成長していきます。子どもたちは、食卓でのおとなのはしの持ち方や、茶わんの持ち方を見て、まねをしながら覚えていきます。おとながまずは、正しい見本を見せながら、子どもたちに正しい持ち方を伝えていきましょう。

はしの持ち方

上のはしは、中指と親指で支え、人差し指を添えます

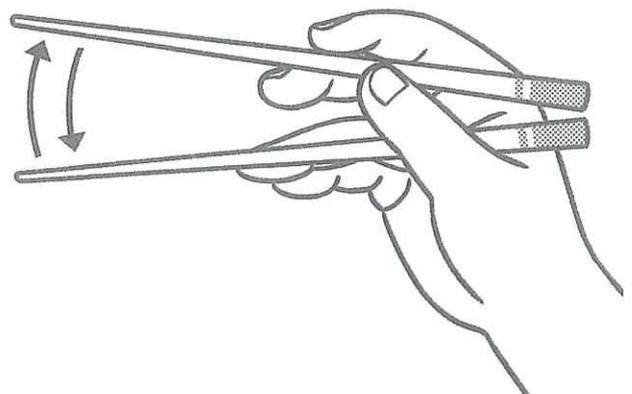


下のはしは、親指と薬指で支えます

はしの使用は、手指機能が発達し、指先に力が入られるようになる、3歳頃からが望ましいようです。4～5歳になると、徐々に上達していきます。

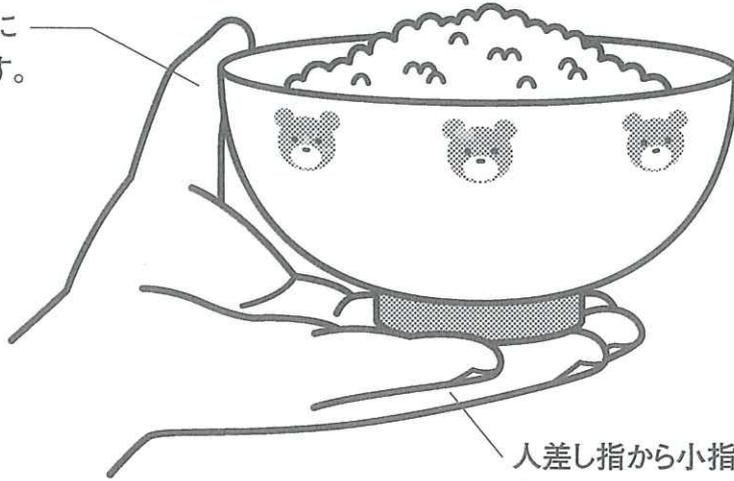
はしを選ぶ場合には、子どもの手（中指の指先から手首のつけ根まで）より2～3cm長いもので、木製で丸くない、角のあるものの方が使いやすいでしょう。

動かすのは上のはしだけです



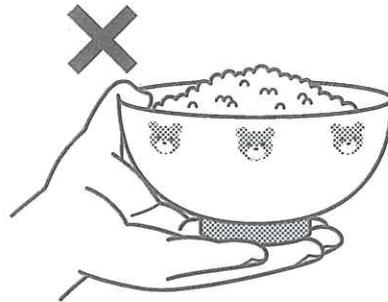
茶わんの持ち方

茶わんのふちに
親指をかけます。



人差し指から小指の4本をそろえて、
糸底を支えます。

子どもに使わせる茶わんの大きさは、
子どもが手を開いて親指で茶わんのふ
ちを、そのほかの指で糸底を持つこと
ができるものを選ぶようにしましょう。



親指を茶わんの中
に入れていないよう
にします。

はして

いろいろなものを はさんでみよう



小さく切ったスポンジや毛糸などで
試してみましよう。

2月3日は節分

節分とは、もとは立春や立夏、立秋、
立冬の前日のことで、季節のかわり目
を指していました。しかし、やがて立
春の前日だけをいうようになりました。
節分に豆まきを行うのは、豆には霊力
があると信じられていて、豆をまくこ
とで、病気や
災いを追いは
らうという意
味があります。



ほけんニュース

身につけたい 生活の中での体の動き



子どもは、まわりのおとなや友だちとかかわりながら、遊びや運動、手遊びなどを通して、体の動かし方や指先の使い方を身につけていきます。こうした体の動きは、小学校に入ってから生活の土台になります。

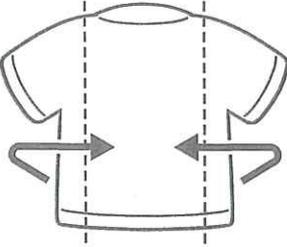
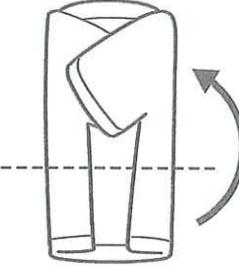
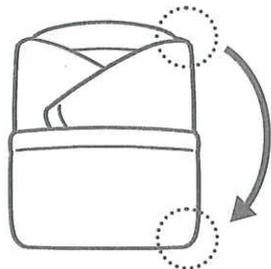
ちょうむすびを しょう

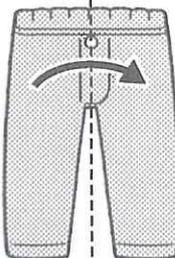
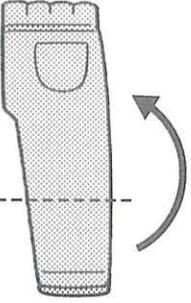
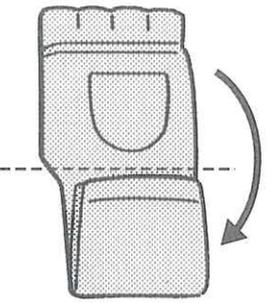
エプロンのひもや靴ひもなど、よく使う結び方なので、身につけさせましょう。

<p>①</p> <p>ひもを「X」にして しろい ひもを したに いれる</p>	<p>②</p> <p>ななめに ひっぱる</p>	<p>③</p> <p>くろい ひもを わにして ひだりの てで もつ</p>
<p>④</p> <p>くろい ひもの わに しろい ひもを かける</p>	<p>⑤</p> <p>しろい ひもを おやゆびで あなに いれます</p>	<p>⑥</p> <p>ふたつの わを ひいて できあがり!</p>

ふくを たたもう

小学校では、体育の時間に服をたたむので、入学前に身につけさせておくと安心です。

<p>① ティーシャツ</p>  <p>うしろがわにして -----の ところを たたむよ</p>	<p>②</p>  <p>したから -----の ところを たたむよ</p>	<p>③</p>  <p>うえから かどを あわせて たたむよ</p>
--	---	--

<p>① ながズボン</p>  <p>-----の ところを たたむよ</p>	<p>②</p>  <p>したから -----の ところを たたむよ</p>	<p>③</p>  <p>うえから -----の ところを たたむよ</p>
---	--	--

指先の動きを育てる遊び

筆記用具を使ったり、はさみで切ったりする作業には、指先をしっかり使う力が必要です。そのためには、体の姿勢を安定させることも大切です。さまざまな遊びの中で、それらを身につけさせましょう。

新聞紙を丸める

握る・両手の
操作を養う



折り紙

つまむ力をつける



カード遊び

指先の力を養う



指すもう

親指・手首の
力を養う

