



12月の園だより

令和7年11月28日

旭保育園

うめ、さくら組の保育発表会では、お忙しい中ご参加頂きありがとうございました。
「楽しいのが一番」という思いで、クラスみんなで取り組んできました。一人ひとりが自分らしく表現する姿に大きな成長を感じました。

また一つ自信をつけた子ども達、保護者の皆様にとっても思い出に残る発表会になったことと思います。ご協力ありがとうございました。

朝夕の寒さも厳しくなってきました。体調を崩さないよう、手洗い・うがいをし、栄養・睡眠をしっかりととり、楽しい冬を過ごしましょう。

<12月の保育目標>



乳児組・・・いろいろな行事に参加し、楽しむ

幼児組・・・年末・年始の行事に興味や関心を持つ



～12月の行事予定～

1日(月) 身体測定(3～5歳児)

2日(火) 身体測定(2歳児)

リトミック教室(もも)

3日(水) 身体測定(1歳児)

4日(木) 身体測定(0歳児)

9日(火) もちつき集会

16日(火) リトミック教室(うめ・さくら)

18日(木) 12月生まれの誕生会 10時～

19日(金) *布団持ち帰り

23日(火) リトミック教室(もも)

24日(水) クリスマス会

年末年始

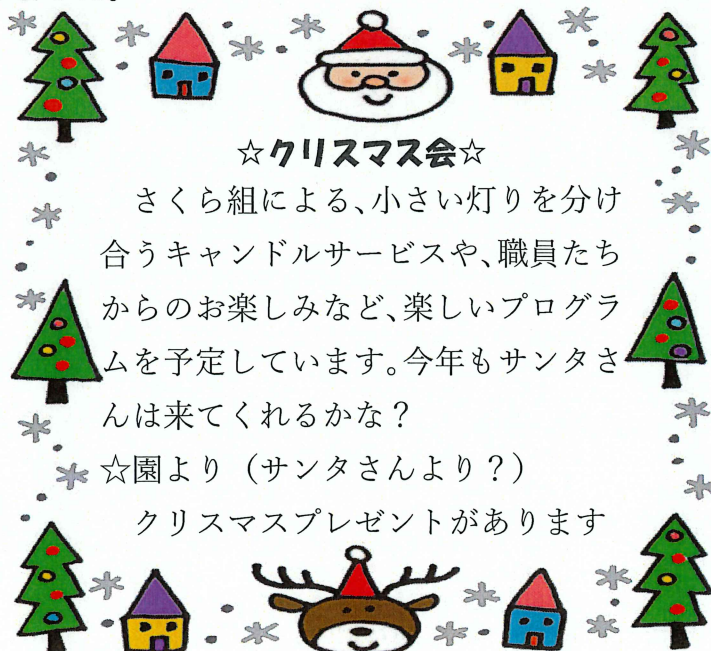
12/29(月)～1/3(土) 休園

*赤い羽根かながわ(社会福祉法人神奈川県共同募金会)様より、配分金をいただき、園舎テラス等防水工事をさせていただきました。



○もちつき集会○

今年から安全面を考慮し、お餅は食べません。もちつき集会とし、日本の伝統である「もちつき」をさくらさんが体験しようと思います。「ぺったんこ・ぺったんこ」と、元気な声が響きます。



☆クリスマス会☆

さくら組による、小さい灯りを分けるキャンドルサービスや、職員たちからのお楽しみなど、楽しいプログラムを予定しています。今年もサンタさんは来てくれるかな？

☆園より(サンタさんより?)

クリスマスプレゼントがあります

～うめ・さくら組保育発表会の感想 ありがとうございます～

- * とても素晴らしい発表会を観ることができて、とても嬉しかったです。頑張っている姿、成長した姿、とてもかわいくて感動です。家でも本人は自分の頑張りに満足で何度も動画を見返していました。たくさんの経験をありがとうございました。
- * 発表会、とても感動しました。ありがとうございました。もう少したどたどしくなるのかなと思っていましたが、いっぱい練習したんだなと感心しました。普段から先生方と子どもたちとの信頼関係が垣間見える瞬間がたくさんあり、感謝の気持ちでいっぱいです。いつも本当にありがとうございます。
- * 発表会ありがとうございました。今まで沢山練習してきたのが伝わり、とても感動しました。皆の成長がうれしい反面、どんどん保育園の行事が終わってしまう淋しさでとても複雑です。近頃、不適切保育のニュースを見ましたが、発表会で誰よりも頑張っていた先生を見ると、ここの保育園でよかったと心から思いました！
- * 発表会ありがとうございました。年長さんになるとあんなに上手にできるのかと感動しました。家に帰ってからも歌の練習をしたり、努力する姿が見られて感激でした。衣装もとてもステキでした。担任の先生はもちろん本番たくさんの先生方のサポートありがとうございました。



- ・ 雨の日や時間帯によっては大変混み合ってしまうです。車間距離を詰めての駐車待ちをお願いします。
- ・ 通用門、上下鍵の施錠のご協力ありがとうございます。引き続き、子どもたちの安全を守るため、よろしくお願いいたします。



5日(月) 身体測定(3～5歳児)	26日(月) フットサル教室
6日(火) 身体測定(2歳児)	(うめ・さくら)
リトミック教室(うめ・さくら)	27日(火) リトミック教室(もも)
7日(水) 身体測定(1歳児)	29日(木) 1月生まれの誕生会
8日(木) 身体測定(0歳児)	
9日(金) 獅子舞い	
13日(火) リトミック教室(もも)	
14日(水) どんと焼き	
16日(金) リトミック音楽会(若林先生他)	
20日(火) リトミック教室(うめ・さくら)	
22日(木) さくら懇談会	

☆希望者個人面談☆

あか・うめ組

6日(火)～8日(木)

たんぽぽ・さくら組

13日(火)～15日(木)

ちゅうりっぷ・もも組

20日(火)～22日(木)



2025年

12月の予定献立表

旭保育園

にち 曜	乳児組 午前おやつ 主 食	献 立 名	材 料 お よ び 体 内 で の 働 き			おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 蛋白質 脂質 塩分	行 事 おおよび 連 絡 事 項
			血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
1	かし	麦ご飯 ふり大根	ぶり カニかまぼこ	米 麦	生姜 大根 ひじき きゅうり 人参	♪鮭青菜おにぎり	629(586) 26.9(24.7)	1日
月	牛乳	ひじきサラダ みそ汁☆	油揚げ 豆腐		コーン缶 もやし にら	牛乳	19.3(18.4) 2.7(2.4)	身体測定幼児組
2	かし	ご飯 厚揚げの肉巻き煮	豚肉 ウインナー	米 ごま	ブロッコリー 人参 きゃべつ	♪サターアングダー	591(561)22.5(21.3)	2日リトミックもも組
火	牛乳	ブロッコリーの胡麻和え 野菜ポトフ	厚揚げ	じゃが芋	えのきたけ	牛乳	25.4(24.2) 1.6(1.5)	身体測定2歳児
3	かし	麦ご飯 コーンシチュー	鶏肉 卵 ヨーグルト	米 麦	玉葱 人参 コーン缶 クリームコーン缶	♪ジャム&マーガリンサンド	650(612) 24.8(23.5)	3日
水	牛乳	人参しりしり ヨーグルト	脱脂粉乳 ツナ缶	じゃが芋	グリンピース	牛乳	14.7(14.7) 1.9(1.7)	身体測定1歳児
4	果物	ご飯 お好み焼き風卵焼き	豚挽き肉 卵	米 油	玉葱 人参 切干大根 いんげん きゃべつ ピーマン 青のり しらたき カレー粉 干椎茸 オレンジ	せんべい クッキー	506(484) 17.4(16.7)	4日
木	豆乳	切干大根のカレー炒め オレンジ	油揚げ	小麦粉		牛乳	16.6(16.1) 1.3(1.1)	身体測定0歳児
5	かし	麦ご飯 八宝菜	鶏肉 えび	米 麦 油	白菜 人参 もやし 菊水煮 玉葱	♪ミルククリームサンド	596(563) 22.8(21.3)	
金	牛乳	さつま芋の天ぷら りんご	ほたて なると	さつま芋	りんご	牛乳	14.3(15.3) 1.1(1.1)	
6	かし	やきそば	豚肉	油	人参 もやし きゃべつ 青のり	♪ジュガーロールパン せんべい	465(468) 18.3(18.0)	
土	牛乳	かぼちゃのみそ汁	豆腐	焼きそば	かぼちゃ 玉葱 わかめ	牛乳	13.1(13.9) 2.1(2.4)	
8	かし	麦ご飯 かいひの煮つけ	かひい 茹大豆	米 麦	小松菜 人参 きゃべつ 玉葱	♪ポテトたこやき	562(529) 30.1(27.5)	
月	牛乳	大豆のトマトソース みそ汁☆	豚肉 油揚げ	油	しめじ トマト缶 刻み昆布	牛乳	16.1(12.9) 2.8(2.7)	
9	かし	ご飯 マーボー豆腐	豆腐 豚挽肉	米 ごま油	玉葱 人参 干椎茸 にら もやし 菊水煮	カステラ せんべい	595(564) 21.7(22.4)	
火	牛乳	ブロッコリーのツナ和え オレンジ	ツナ缶	油	生姜 にんにく ブロッコリー オレンジ	牛乳	16.6(17.1) 4.6(4.1)	
10	かし	ホットパン 松風焼き	鶏挽肉 豆腐	パン 油	玉葱 人参 椎茸	♪しらすおにぎり	576(538) 26.4(23.5)	
水	豆乳	マカロニサラダ りんご	卵 ハム 脱脂粉乳	ごま マカロニ	きゅうり きゃべつ りんご	牛乳	22.3(20.2) 3.3(3.8)	
11	かし	ご飯 かじきの甘酢あんかけ	かじき 豆腐	米 油 麩	生姜 人参 ひじき しらたき	♪フルーツゼリー チーズ	565(549) 23.9(23.0)	
木	牛乳	ひじきの炒り煮 キラキラスープ☆	油揚げ	じゃが芋	グリンピース コーン缶 わかめ	牛乳	28.8(19.7) 1.7(2.1)	
12	かし	麦ご飯 鶏肉の唐揚げ	鶏肉 豆腐 ハム	米 麦 ごま油	もやし きゅうり	紫芋アンパン	601(563) 23.8(22.2)	
金	牛乳	中華風酢の物 けんちん汁☆	豚肉 油揚げ	油 春雨 里芋	大根 人参 ごぼう	牛乳	20.3(19.2) 1.4(1.3)	
13	かし	焼うどん	豚肉 豆腐	油	もやし 人参 玉葱	♪黒糖フークレ せんべい	428(426) 17.3(17.0)	
土	牛乳	豆腐とじゃが芋のみそ汁	油揚げ	うどん じゃが芋	きゃべつ 青のり	牛乳	11.8(12.4) 2.2(1.9)	
15	かし	麦ご飯 鮭の竜田揚げ	さけ 油揚げ	米 麦	細切昆布 人参 つきごんにゃく いんげん	♪パパロア寒天 せんべい	557(549) 24.3(23.1)	
月	牛乳	切昆布の炒め煮 豆乳汁☆	豆乳	油	チンゲン菜 大根 えのきたけ	牛乳	16.1(17.3) 1.8(2.3)	
16	かし	ご飯 鶏肉のさっぱり煮	鶏肉	米 油	生姜 にんにく 大根 ごぼう 人参	♪パンフキンチーズ ホットケーキ	620(549)27.5(23.1)	16日 リトミック
火	牛乳	ごぼうサラダ りんご	卵	ごま	もやし ほうれん草 りんご	牛乳	22.8(17.3) 1.2(1.1)	うめ・さくら組
17	かし	食パン ポークビーンズ	豚肉 茹大豆	油 パン ごま	玉葱 人参 トマト缶 きゃべつ きゅうり	♪ごへいもち	492(484)22.4(21.1)	
水	豆乳	コールスローサラダ パナナ	ハム	じゃが芋	パナナ パセリ	牛乳	13.5(14.5) 1.8(1.6)	
18	かし	リースご飯 鶏肉のレモン風味揚げ	鶏肉 卵 チーズ	米 油 ごま	ブロッコリー 人参	ロールケーキ せんべい	572(558)20.6(19.9)	18日
木	牛乳	ブロッコリーサラダ みかん	鮭フレーク	ごま油	レモン グリンピース みかん	ヤクルト	22.0(21.5) 1.1(1.0)	お誕生日会
19	かし	カレーライス (非常用レトルトカレー)	豚肉 高野豆腐	米 油	玉葱 人参 グリンピース	♪ジャム&マーガリンサンド	559(625) 17.4(21.8)	
金	牛乳	高野豆腐の含め煮 りんご		じゃが芋	りんご	牛乳	22.4(24.9) 2.8(3.1)	
20	かし	スパゲティナポリタン	豚挽肉	油	人参 玉葱 ピーマン	♪チーズ無しパン せんべい	441(441)17.4(17.2)	
土	牛乳	コンソメスープ	豆腐	スパゲティ	しめじ わかめ	牛乳	11.3(12.9) 1.5(1.3)	
22	かし	麦ご飯 鯖のソース煮	さば 卵 油揚げ	米 麦 油	生姜 りんご 人参 ほうれん草	♪かぼちゃもち	549(522)23.6(22.1)	
月	牛乳	きゃべつの胡麻和え かきたま汁		ごま	玉葱 きゃべつ	牛乳	16.2(15.9) 1.6(1.5)	
23	かし	ご飯 すき焼風煮	豚肉 ちくわ	米 油	白菜 人参 干椎茸 しらたき 青のり	♪キャロットゼリーウエハース	654(618)24.6(22.9)	23日 リトミック
火	牛乳	ちくわの磯部揚げ パナナ	焼き豆腐		長葱 春巻 えのきたけ パナナ	牛乳	21.0(21.0) 2.2(1.9)	もも組
24	果物	麦ご飯 煮込みハンバーグ	豚鶏挽肉 ハム	米 麦 油	人参 コーンクリーム缶 コーン缶	♪ワッフル せんべい	704(670)24.0(22.5)	24日
水	豆乳	ポテトサラダ コーンクリームスープ	豆腐 卵 牛乳 脱脂粉乳	じゃが芋	玉葱 きゅうり ミニトマト	牛乳	28.6(27.3) 2.1(1.8)	クリスマス会
25	かし	けんちんうどん	鶏肉	うどん	大根 人参 こんにゃく 長葱 干椎茸	♪サラダおにぎり	448(440) 16.0(15.9)	
木	牛乳	わかめときゅうりの酢の物 パナナ	油揚げ		わかめ きゅうり パナナ	牛乳	10.5(11.2) 3.7(3.1)	
26	かし	ホットパン マカロニグラタン	鶏肉 かまぼこ	パン 油	玉葱 人参 マッシュルーム缶 ほうれん草	♪バームクーヘン せんべい	513(490)21.5(20.4)	
金	牛乳	ポパイソティ オレンジ	脱脂粉乳	ごま マカロニ	クリームコーン缶 コーン缶 オレンジ	牛乳	12.2(13.6) 2.6(2.2)	
27	かし	カレーうどん	豚肉	油 さつま芋	玉葱 人参 しめじ 小松菜	せんべい クッキー	525(503) 17.3(17.0)	
土	牛乳	さつま芋の甘煮		干しうどん		牛乳	12.8(13.2) 3.5(3.0)	



《冬至とは》

北半球では太陽の高さが1年で最も低くなり、そのため、日の出から日没までが短くなり夜が最も長くなる日です。

かぼちゃを食べる習慣があります。かぼちゃは保存が利くので、夏から冬至用としてとっておき、冬の貴重な栄養源となりました。

また、『ん』の字が二つ付く食べ物
なんきん(かぼちゃ)、にんじん、れんこん、
うどん等を、7種類食べると幸運になる
という説も あるそうです。



ばくばくレシピ! 『鶏肉のさっぱり煮』

(作り方)

- ① 生姜は薄くスライス、にんにくは1かけずつにしておく。
- ② 鍋に①と調味料と水を入れ沸騰させる。
- ③ ②に鶏肉を加え落とし蓋をして20～30分くらい煮込む。
※ 途中でゆで卵や青菜を入れて一緒に煮ても美味しいです。
ブロッコリーを飾ったりすると彩りもきれいです。
酢で煮ることにより肉がやわらかくなり、酸味もとんで酸っぱくなくなります。

<材料 1人分>
・鶏肉...50
・生姜...にんにく...少々
・酢...4
・砂糖...2.5
・醤油...3.5
・みりん...1
・水...5