



令和7年11月28日
一之宮愛児園

いよいよ今年も残りわずかとなり、年末年始の過ごし方について考える時季となりました。風邪や感染症に気をつけて手洗いやうがいを徹底しながら、元気に年越しできるよう努めていきたいと思います。

《12月の保育目標》

乳児組 保育者や友だちと興味のある遊びを楽しむ

幼児組 様々な行事に喜んで参加し、年末の雰囲気を感じとる



- 1日(月) 身体測定(もも・うめ・さくら)
- 2日(火) 身体測定(たんぽぽ)
- 3日(水) 身体測定(ちゅうりっぷ)
- 4日(木) 身体測定(あか)

- 8日(月) 防犯教室(うめ・さくら)
- 9日(火) うめ組おやつクッキング
- 10日(水) リトミック教室(もも・さくら)
- 12日(金) たんぽぽ組
懇談会・保育発表会

- 17日(水) リトミック教室(もも・うめ)
- 18日(木) おもちつき
- 19日(金) 12月生まれの誕生会
- 24日(水) クリスマス会

※12/29(月)～1/3(土)は、休園です

【布団の持ち帰り日】

★5日(金) 乳児

★19日(金) 幼児(防災頭巾も持ち帰ります)

*都合が悪い方は別日でも構いません。

*洗濯などをして、次の月曜日に
またお持ち下さい。

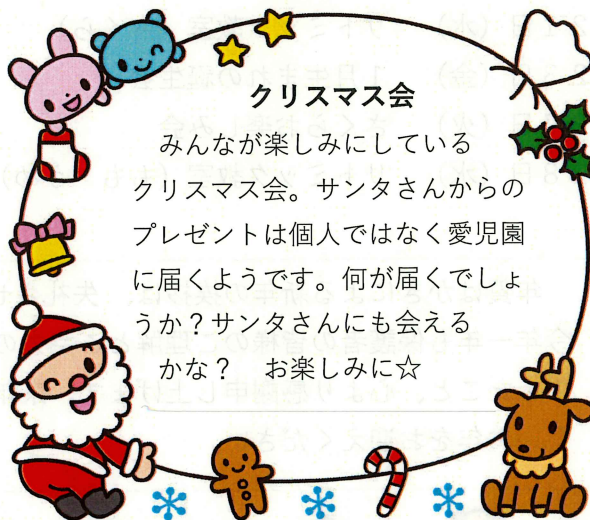
おもちつき



「ぺったんこ ペったんこ」と昔ながらの伝統行事に親しみ、おもちができてあがるまでの工程を楽しみたいと思っています。ついたおもちは鏡餅にして、飾る予定です。

クリスマス会

みんなが楽しみにしているクリスマス会。サンタさんからのプレゼントは個人ではなく愛児園に届くようです。何が届くでしょうか？サンタさんにも会えるかな？ お楽しみに☆



幼児組では、子ども達と一緒に普段使っている保育室や遊具、おもちゃなどをきれいにし、来年も気持ちよく使えるように掃除をします。

ぜひご家庭でも、大掃除について話してみてください。



※駐車場は左折での出入りや正しい方向指示器の使用をお願いしています。事故を防ぐためにも守ってください。ご協力をよろしくお願いします。

※日が暮れるのが早くなり、夕方のお迎えの頃にはすっかり暗くなって、道路、駐車場は見えにくいことと思います。歩かれる方は、お子様の手をしっかりとつなぎ、立ち話をしたり、遊んだりせずに帰りましょう。車を運転される方は、ウィンカーやハザードランプを使用して、事故にならないように十分お気を付けください。

※インフルエンザなど感染症に気を付けましょう。登園される時には保護者の方に記入していただく治癒証明書を提出していただきます。用紙は園にありますので声をかけて下さい。



8日(木)	身体測定(もも・うめ・さくら)
9日(金)	身体測定(たんぽぽ)
9日(金)	獅子舞い 9:20頃～
13日(火)	身体測定(ちゅうりっぷ)
14日(水)	身体測定(あか)
15日(木)	どんど焼き
21日(水)	リトミック教室(さくら)
23日(金)	1月生まれの誕生会
27日(火)	さくらお楽しみ会
28日(水)	リトミック教室(もも・うめ)



1/13(火)～16(金) たんぽぽ・うめ組
1/19(月)～23(金) ちゅうりっぷ・もも組
1/26(月)～30(金) あか・さくら組

年賀はがきによる新年の挨拶は、失礼させていただきます。

今年一年も保護者の皆様のご理解とご協力のもと、子ども達の健やかな成長の手助けができたこと、心より感謝申し上げます。来年も引き続きよろしくお願いいたします。

よいお年をお迎えください。



2025年

12月の予定献立表

一之宮愛児園

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 ぶり大根	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(568) 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 にはら	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	♪サーターアランダギー	591(561)22.5(21.3)	2日
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	せんべい クッキー	506(484)17.4(16.7)	4日 たんぽ組 リハーサル
木	豆乳	切干大根のカレー炒め オレンジ	油揚げ	小麦粉	青のり しらたき カレー粉 干椎茸 オレンジ	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 筍 玉葱	♪ミルクリームサンド	596(563) 22.8(21.3)	
金	牛乳	さつま芋の天ぷら りんご	ぼたて 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	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日
8	かし	麦ご飯 きれいの煮つけ	かれい 茹大豆	米 麦	小松菜 人参 きゃべつ 玉葱	♪ポテトこやき	562(529) 30.1(27.5)	うめ・さくら組防犯教室
月	牛乳	大豆のトマト煮 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 にはら もやし 筍 玉葱	カステラ せんべい	595(564) 21.7(22.4)	9日
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(1.1)	うめ組おやつクッキング
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)	10日 リトミック
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(1.8)	もも・さくら組
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	♪フールツゼリーチーズ	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)	12日
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)	たんぽ組発表会・懇談会
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 つきこんにやく いんげん	♪ハバロア寒天 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	♪ハンフキンチーズホットケーキ	620(549)27.5(23.1)	
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)	
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)	17日 リトミック
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)	もも・うめ組
18	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)	18日
木	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)	おもちゃつき
19	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)	19日
金	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
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	♪チーズ煮きん粉 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 鱈のソース煮	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	きゃべつと胡麻和え 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)	
火	牛乳	ちくわの磯部揚げ パナナ	焼き豆腐		長葱 春菊 えのきたけ パナナ	牛乳	21.0(21.0) 2.2(1.9)	
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 こんにやく 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、夏から冬までとしてとっておき、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。

ぱくぱくレシピ! 『鶏肉のさっぱり煮』

(作り方)

- ① 生姜は薄スライス、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