



令和8年1月5日
一之宮愛児園

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。
無事に新しい1年を迎えました。今年度も残すところわずか3ヶ月、春にはあつという
間に進級・進学です。子どもたちと楽しい時間を過ごせるよう、充実した保育を提供
していきたいと思ひます。

《1月の保育目標》

乳児組 ごっこ遊びや簡単な表現あそびを楽しむ

幼児組 正月あそびに興味を持ち、友だちと一緒に楽しむ



1月の行事

- 8日(木) 身体測定(もも・うめ・さくら)
- 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・たんぽぽ)
- 15日(木) どんど焼き
- 20日(火) 保育園であそぼう(未就園児)
- 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) さくら組おたのしみ会
- 28日(水) リトミック教室(もも・うめ)

希望者個人面談

◎1/13(火)～16(金)

たんぽぽ・うめ

◎1/19(月)～23(金)

ちゅうりっぷ・もも

◎1/26(月)～30(金)

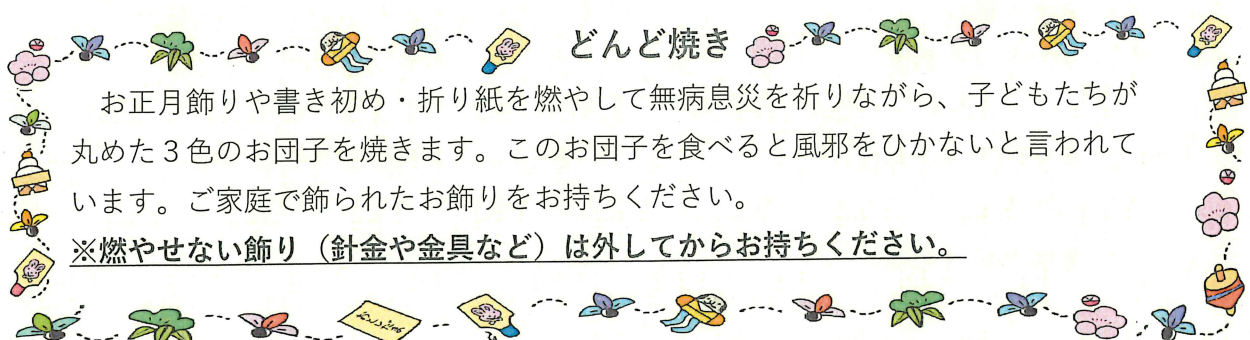
あか・さくら



*保育士養成校から実習生を
受け入れ、クラスに入ること
があります。ご理解とご協力
をよろしくお願いいたします。

※1月後半土曜日頃、駐車場の段差の工事が入る予定です。

日程が決まり次第またお知らせ致します。



☆保育発表会を終えて・・・☆

先日のたんぽぽ組の保育発表会を終え、全学年の保育参加・保育発表会を無事に終える事ができました。お忙しい中、ご参加いただきありがとうございました。

子どもたちも当日を心待ちにしていました。本番では沢山のお客さんを目の前に緊張する様子もありましたが、最後まで大きな声で演じたり歌ったりと皆、頑張りを見せてくれました。子ども達の成長を近くで感じられ、職員も感動をもらいました。温かく見守っていただき本当にありがとうございました。



☆薬について

・原則として保育園では薬はお預かりできません。事故や誤飲を防ぐ為、受診の際、保育園に通っている事をお話し、朝・夕の処方にしていただける様お願いしてみてください。

☆気管支拡張シールについて

・0・1・2歳児の誤飲を防ぐ為、なるべく使用しないようにして下さい。やむを得ず使用する際は子どもの手の届かない場所（背中）に貼り、貼っている事を職員に伝えて下さい。

☆保育園利用者アンケートを1月下旬にお配り致します。

保育の質の向上、今後もより良い保育園にするために、ご意見をお聞かせください。保護者の皆様、アンケート調査にご協力をお願いいたします。

冬の感染症に要注意！

溶連菌感染症やRSウイルス感染症などが流行ってくる季節です。規則正しい生活を心がけて、元気に過ごせるようにしましょう。体調の変化が見られたら、早めに病院で受診し、医師の指示に従ってください。

コロナウィルス感染症・インフルエンザに罹ったら、連絡をください。登園の際には、保育園専用の治癒証明書の提出が必要となります。園にありますのでお声掛けください。

《2月の予定》

2日（月）身体測定（もも・うめ・さくら）	10日（火）お店屋さんごっこ
3日（火）豆まき集会	17日（火）ヤクルトおなか元気教室
4日（水）リトミック教室 （さくら・たんぽぽ）	もも おやつクッキング
5日（木）身体測定（たんぽぽ）	18日（水）リトミック教室（もも・うめ）
6日（金）身体測定（ちゅうりっぷ）	20日（金）2月生まれの誕生会
9日（月）身体測定（あか）	25日（水）リトミック教室（さくら）

* 下旬 一之宮小・南小学校見学（さくら組）

2026年

1月の予定献立表

一之宮愛児園

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			
5	かし	♡けんちんうどん	油揚げ	うどん	人参 玉葱 大根 ごぼう こんにゃく	せんべい クッキー	369(582) 10.9(24.2)	
月	麦茶	ポテトサラダ フルーツ缶詰		じゃが芋	干し椎茸 きゅうり みかん缶詰	牛乳	11.9(20.1) 3.0(1.8)	
6	かし	ハヤシライス	豚肉 ツナ缶	油 米 ごま	玉葱 人参 きゃべつ きゅうり	♡玄米スティック せんべい	556(482) 17.5(16.6)	
火	牛乳	きゅうりとツナサラダ 野菜ジュース	牛乳	じゃが芋	グリーンピース パナナ	牛乳	16.0(12.1) 2.5(1.5)	8日 幼児組 身体測定
7	かし	♡スパゲティナポリタン	豚挽肉	油 じゃが芋	玉葱 人参 マッシュルーム缶 グリンピース	七草おにぎり	480(554) 19.1(19.6)	
水	牛乳	ブロッコリー 豆乳汁		スパゲティ	ブロッコリー えのき茸 チンゲン菜 コーン缶	牛乳	13.1(18.4) 1.9(1.1)	
8	かし	ご飯 ♡マーボー豆腐	豚挽肉 豆腐	米 油 ごま油	生姜 にんにく 玉葱 人参 なら 筍の水煮	♡ジャム&マーガリン サンド	641(529) 23.5(21.3)	9日 獅子舞 身体測定たんぽぽ組
木	牛乳	大学かぼちゃ みかん		ごま	干し椎茸 かぼちゃ みかん	牛乳	18.8(20.6) 0.9(1.7)	
9	かし	麦ご飯 ぶりの煮つけ	ぶり	米 麦 油	生姜 きゃべつ 人参	おしるこ	587(644) 24.4(23.8)	
金	牛乳	きゃべつのゴマネーズ パナナ	ちくわ	ごま	パナナ	牛乳	17.0(19.0) 1.7(1.3)	
10	かし	焼うどん	豚肉	油 うどん	きゃべつ 人参 もやし 青のり	菓子パン せんべい	428(540) 17.3(22.2)	
土	牛乳	豆腐のみそ汁	油揚げ 豆腐	じゃが芋	玉葱	牛乳	11.8(17.6) 2.2(0.8)	
13	かし	ご飯 干草焼き	卵 鶏挽肉	米 油 ごま油	干し椎茸 人参 ほうれん草	せんべい クッキー	571(431) 19.4(17.1)	13日 身体測定 ちゅうりっぷ組
火	牛乳	♡中華風酢の物 パナナ	ハム	春雨	人参 きゅうり もやし パナナ	牛乳	13.0(12.5) 1.5(1.4)	
14	かし	麦ご飯 ♡鶏肉のさっぱり煮	鶏肉 卵	米 麦 油	生姜 にんにく 大根 きゅうり 人参	豆乳寒天 せんべい	562(571) 29.9(24.8)	
水	牛乳	ツナサラダ みそ汁☆	ツナ缶 油揚げ		もやし わかめ		17.4(18.2) 2.0(2.1)	14日 身体測定 あか組
15	かし	ご飯 ♡かれの煮つけ	かれい	米 ごま	ほうれん草 人参 ひじき 大根	さつま芋の煮し物	528(578) 22.9(21.3)	
木	牛乳	ほうれん草のごま和え みかん	鶏ささみ	じゃが芋	みかん	牛乳	7.9(20.5) 1.7(1.0)	
16	かし	麦ご飯 ※高野豆腐フライ	高野豆腐 チーズ	米 麦 オリーブ油	パセリ にんにく 人参 きゃべつ きゅうり	♡パナナブレッド	575(625) 18.6(21.7)	※13~16日 希望者面談たんぽぽ・うめ組
金	牛乳	スタミナサラダ キラキラスープ	卵 豚挽肉	油 ごま 油	コーン缶 わかめ	牛乳	21.6(21.9) 1.5(3.6)	
17	かし	野菜ラーメン	豚挽肉	ラーメン	白菜 もやし 人参	黒糖ロール せんべい	457(587) 16.6(25.0)	
土	牛乳	かぼちゃの甘煮	かまぼこ		かぼちゃ	牛乳	8.7(24.0) 2.0(1.9)	※19~23日 希望者個人面談ちゅうりっぷ・もも組
19	かし	麦ご飯 鮭のトマトソース煮	鮭 油揚げ	米 麦 油	トマト缶 レモン 切り昆布 人参 ねぎ	♡フライドポテト	620(527) 25.5(22.6)	
月	牛乳	♡切り昆布の炒め煮 ワンタンスープ	豚挽肉	わんたん皮	生姜 にんにく いんげん もやし チンゲン菜 えのき茸	牛乳	20.3(22.8) 5.0(1.5)	
20	かし	麦ご飯 ♡鶏のから揚げ	鶏肉 油揚げ	油 米 麦	ひじき 人参 しらたき グリンピース	せんべい クッキー	495(426) 14.9(16.5)	21日 さくら組 リトミック
火	牛乳	ひじきの炒り煮 みかん			みかん	ジュース	14.6(15.4) 1.2(2.3)	
21	かし	ご飯 ♡和風ミートローフ	豚挽肉 卵 ハム	米 麦 油	玉葱 人参 コーン缶 グリンピース	♡ミルククリームサンド	636(562) 23.6(26.0)	
水	豆乳	♡マカロニサラダ オレンジ	脱脂粉乳 豆腐	マカロニ	きゅうり きゃべつ オレンジ	牛乳	22.2(18.6) 0.7(2.5)	
22	かし	ホットパン ボークビーンズ	豚肉 かにかまぼこ	パン 油 ごま	玉葱 人参 パセリ トマト缶 きゅうり	♡お好み焼き	509(589) 23.8(25.5)	
木	牛乳	切干大根のサラダ パナナ	茹で大豆	じゃが芋	切干大根 パナナ	牛乳	16.7(22.5) 1.9(1.3)	
23	かし	鮭とわかめの混ぜご飯 ♡メンチかつ	豚挽き肉 卵	油 米 麦	炊き込みわかめ素 きゃべつ 玉葱 人参	リンゴタルト	572(544) 21.5(20.2)	23日 お誕生日会
金	牛乳	きゅうりの昆布和え みかん	鮭フレーク	ごま	きゅうり みかん	ヤクルトジョア	20.5(21.2) 0.9(1.5)	
24	かし	きつねうどん	鶏挽肉	うどん	玉葱 人参 干し椎茸	甘食パン せんべい	458(478) 14.3(21.5)	
土	牛乳	さつま芋の甘煮	油揚げ	さつま芋		牛乳	9.6(16.3) 2.9(1.1)	
26	かし	麦ごはん かじきの竜田揚げ	かじき 納豆	米 麦 油	きゃべつ 人参 ほうれん草	♡豆乳わらび餅	565(497) 27.1(20.9)	
月	牛乳	♡納豆和え みそ汁	豆腐		かぶ わかめ	牛乳	19.4(12.8) 1.7(1.4)	
27	かし	焼きそば	豚肉	焼きそば 油 ごま	きゃべつ 人参 もやし チンゲン菜	まきまきロールパン	514(555) 19.9(24.5)	27日 さくら組 お楽しみ会
火	牛乳	じゃが味噌 りんご		じゃが芋 ごま油	青のり りんご	牛乳	21.5(20.9) 2.2(1.2)	
28	かし	麦ご飯 プルコギ風炒め	豚肉 高野豆腐	米 麦 油	玉葱 きゃべつ もやし チンゲン菜	チーズ揚げ ウエハース	548(597) 22.0(19.2)	
水	牛乳	人参サラダ みかん	チーズ	春雨	人参 レーズン みかん	牛乳	19.8(15.7) 1.2(0.9)	28日 リトミック もも・うめ組
29	果物	ご飯 鯖のおろし煮	鯖 油揚げ	米	生姜 にんにく 大根 小松菜 人参	りんご蒸しパン	620(618) 26.3(24.8)	
木	豆乳	小松菜の肉みそ和え かきたま汁☆	豆腐 卵		いんげん 玉葱 わかめ	牛乳	22.1(23.7) 1.7(1.5)	※26~30日 希望者個人面談あか・さくら組
30	かし	麦ごはん ♡煮込みハンバーグ	鶏豚挽肉 卵	米 麦 油	玉葱 れんこん 人参 きゅうり もやし	♡ジャム&マーガリン	615(535) 26.7(27.4)	
金	牛乳	もやしサラダ みそ汁☆	豆腐 ハム 厚揚げ		白菜 わかめ	牛乳	19.7(15.2) 2.2(2.2)	
31	かし	焼きそば	豚肉	油	きゃべつ 人参 もやし 青のり	デニッシュパン せんべい	465(594) 18.3(24.3)	牛乳
土	牛乳	豆腐のみそ汁	豆腐	焼きそば	玉葱 わかめ かぼちゃ	牛乳	13.1(22.0) 2.3(0.9)	



ぱくぱくレシピ!
「高野豆腐のフライ」

(材料 4人分)
高野豆腐...4枚
煮汁...出汁3カップ
砂糖大さじ1
醤油大さじ2
みりん大さじ2

衣...小麦粉・パン粉 適量・
卵1個・パセリ・粉チーズ 少々
油 適量

(作り方)

- ① 高野豆腐はぬるま湯につけてもどし、水気をしぼって1/4に切り分ける
- ② 鍋に煮汁を作り、①を煮合わせる
- ③ パン粉に粉チーズ、みじん切りのパセリを混ぜ合わせておく
- ④ 高野豆腐の煮汁を軽くきり、小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、180℃に熱した油で揚げる



たべものことわざ:だいこん

『大根食ったら葉っぱ干せ』
大根の葉っぱのように普段捨ててしまうものでも、いざというときに役立つこと。大根の葉っぱはビタミン類・カルシウムが豊富です。

『大根どきの医者いらず』
大根の収穫時にはだれもが健康になり、医者に疎遠になるという意味。大根はおなかの調子を整え、消化を良くしてくれます。



3歳以上児平均提供栄養量・0未満児:エネルギー539(518)・蛋白質21.0(20.0)・脂質16.4(16.6)・食塩1.9(1.7)

♡汁のみに☆がついている日は、みそ汁にはにぼしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。♡マークがついている日はリンクエスメニューです。食材の都合で献立を変更する場合があります。