



12月 園だより

令和6年12月1日

金沢愛児園

朝晩は冷え込みも感じますが日中の園庭はあたたかさを感じるほどで、各クラス散歩や園庭遊びなど戸外遊びを満喫しています。バギーに乗って外気浴をしていたお友だちはよちよち歩いて散策をしたり、出来なかった遊具も保育士に見守られながら自分でできるようになったり、あぶくたったやむっくりくまさん等の集団遊びも楽しんでできるようになった姿を見て、日々成長を感じます。幼児クラスは発表会に向けた活動が始まっています。当日は表現する楽しさを味わいながら演じる姿を見ていただけるよう子どもたちと一緒に取り組んでいきたいと思っています。今年も残り一か月！一年を笑顔で締めくくれるよう、感染症などに気を付けて、元気に過ごしましょう。

* 12月の予定 *

* 4日(水) 誕生会

* 5日(金) 発表会予行練習(幼児クラス)

八景写真館が撮影に入ります。9:30分までに登園して下さい。

プログラムとくじ引き番号、防犯対策用名札を配布致します

* 14日(土) 発表会(幼児クラス)・・・詳細は「発表会のお知らせ」をご覧ください

* 21日(土) 布団乾燥・・・シーツが変色する事があります。ご心配な方は翌週の月曜日に新しいシーツをかけて下さい

* 24日(火) クリスマスおたのしみ会

* 26日(木) もちつき・・・さくら組が餅つきをし、鏡餅を作ります

* 30日(月)～1/3日(金)・・・年末年始 休園日

* 体操教室 19日(木)

20日(金) 11/14 振替分

* 地域交流 *

・18日(水)あそぼう会

* お知らせとお願い *

○給食の発注の関係上、年末年始の出欠予定をお知らせください。後日お手紙を配布致します。

○1月に幼児クラス懇談会を予定しています。

さくら組 1/20(月)、もも組 21日(火)、ちゅうりっぷ組 22日(水)です。詳細は後日お知らせ致します。

* 11月26日(火)防犯訓練を行いました *

警察署の方と合同訓練を行い訓練の様子を見ていただき、そのあと幼児クラスはホールで、防犯の心得を3つ教えていただきました。

- 1, ついていかない
- 2, 逃げる
- 3, 「たすけて!」と叫ぶ

みんな真剣な顔で話を聞いていました。中には「かっこいい!!」と制服姿に憧れの眼差しのお友だちもいました。



良いお年をお迎え下さい



お体に気をつけて、良いお年をお迎えください



【つぼみ組】

○自我や要求を受け止めてもらい、満足感や安心感を味わう

○身の回りのものや友だちの遊びに興味を持ち、自分から関わろうとする

お友だちの名前を覚えたり脱いだ服を自分で袋に入れようしたり、少しずつ成長を感じられる場面が増えてきました。気温も下がってきましたが、天気の良い日には戸外に出て自然に触れ

たり体を動かして健康的にしていきます。



【たんぽぽ組】

○保育士や友だちと見立て遊びを行い、一緒に遊ぶ楽しさを味わう

○季節の歌や楽器に触れ、のびのびと表現して楽しむ

お友だちが楽しそうにしていると「一緒にやってみよう」と近くに行き遊び始めることが増えてきました。それぞれの思いがぶつかってしまうことありますが、「一緒に」の気持ちを大切にし、楽しく関われるようにしていきます。また手遊びや歌に合わせて楽器に触れる機会を作っていきます。

【すみれ組】

○生活や遊びを通して、友だちと一緒に過ごす楽しさを知る

○冬の生活の仕方を知り健康に過ごす

最近では名前を呼びあって一緒に同じ遊びをすることがさらに楽しくなってきました。「むっくりくまさん」や「しっぽとり」などルールのある遊びを通して友だちと一緒に楽しみたいと思います。手洗い、うがいや鼻水を自分で拭いてみるなどやり方を丁寧に伝え、一緒におこなっていきます。

【ちゅうりっぷ組】

○友だちと一緒にいろいろな事に取り組み、やり遂げ自信に繋げていく

○友だちと一緒に身体を動かし、寒さに負けず集団遊びを楽しむ

発表会に向けての活動が始まりました。セリフや歌を少しずつ覚え、楽しく取り組んでいます。楽しむ子どもたちの姿を大切にしながら、本番を迎えられるようにしていきたいです。戸外でも集団遊びを取り入れ、一緒に遊ぶことの楽しさを知らせていきたいと思っています。



【もも組】

○発表会への意欲や期待を持ち、友だちと一緒に表現する楽しさを味わう

○冬の自然事象や年末年始の行事のしきたりに興味、関心をもつ

物語の世界に親しみ、皆で一つの世界を表現すること、またそれを見てもらうことを楽しめるようになっていきます。もちつきや大掃除は意味も伝えて取り組んでいます。

【さくら組】

○共通の目的をもって取り組む楽しさを知り、やり遂げた満足感や充実感を味わう

○年末年始の風習や冬の過ごし方について関心をもって過ごす

発表会の歌をうたうと「踊っていい!!」と自由に踊り出します。皆で見せ合いながら振付を決めていきました。友だちのことを認め協力しながら取り組めるようにしていきたいです。もちつきでは鏡餅を作り、由来などを伝え、日本ならではの風習に関心を持てるようにしていきたいです。





金沢愛児園
2024年12月号

風邪の流行る季節です。手洗い・うがいで予防も大切ですが、基本は栄養バランスの良い食事です。12月は、食生活や生活リズムも乱れやすくなります。普段の食事に気を配りながら、風邪に負けない身体作りをして、早めの予防・回復で年末を乗り切りましょう。

三色野菜のごま和え作りの見学&プリンアラモードのトッピングをしました！

・すみれ組では、11/18に三色野菜のごま和えを作る様子を見ました。茹でられた野菜を見ると、「こまつなとにんじんだ！」「白いのはなに？」と興味津々でした。白い野菜の最初の文字は「も」とヒントを出すと、「もやし！」と答えられました。続いてコップに入ったしょうゆと袋に入ったすりごまを見せると、「おしょうゆ！」「これはなに？」とまたも興味津々。「ごまは本当は涙の形ですが、これはすってあるすりごまです」という説明を聞きながら袋ごしにすりごまを触りました。野菜としょうゆとすりごまを全部合わせて和えるところを見たあとに給食を食べ始めると、「いつもよりちょっとおいしくなったみたい！」とごま和えを1番に食べ終える子も見られました。

・ちゅうりっぷ、もも、さくら組では、11/13にプリンアラモードのトッピングを行いました。職員が手伝うこともありましたが、自分で果物を乗せて、ホイップクリームを絞りました。特にホイップクリームを絞るのが楽しかったようで、大盛り上がりでした。トッピングが終わった後、みんなで楽しそうに食べていました。

おめでたい餅料理

日本ではお祝いの席に欠かせない餅。年末のもちつきは新しい年を迎えるための準備です。年末についた餅で、新年のお供え餅を作ります。子どもが餅を食べるときは、しっかり噛んで食べられるようになってからにしましょう。また、のどに詰まらないよう小さくして、ゆっくり食べるよう、必ず大人がそばにいて注意しましょう。

金沢愛児園では26日にもちつきをし、ついた餅で鏡餅を作り飾ります。



冬至にすること

一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のかぼちゃ(なんきん)を食べます。この日にかぼちゃを食べると、風邪をひかないといわれます。愛児園では20日に「南瓜の甘煮」を給食で出します。また、ゆず湯は、ゆずの強い香りで邪気を払うとされています。ゆずの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。



玄関・ゆい組にて給食レシピ配布中です！

・鮭のマヨネーズ焼き

・豆腐のガトーショコラ

金沢愛児園 献立表

2024年12月

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人1食)	材 料 名 〈三色食品群別〉			⑥は10時おやつ ⑦は午後おやつ	3時おやつ ※牛乳の量は 乳児100/幼児150cc
			熱と力になるもの 〈黄〉	血や肉や骨になるもの 〈赤〉	体の調子を整えるもの 〈緑〉	調味料	
02月	フランスパン※乳児はバターロール ホルシチ風スープ 【新メニュー】玄米フレークのザクザクサラダ	481.1(482.8) 15.4(15.9) 10.7(15.4) 1.9(1.5)	◎米、フランスパン、じゃがいも、玄米フレーク、砂糖、ごま油、◎ごま油、油、バターロール	鶏もも肉、◎ツナ油漬缶、◎牛乳	キャベツ、カットトマト缶詰、たまねぎ、きゅうり、かぶ、にんじん、かぶの葉、○塩昆布、○あおのり	酢、しょうゆ、鶏がらスープ	ソーチキンと塩昆布の混ぜ御飯 麦茶
03火	味噌ラーメン かぼちゃのサラダ バナナ※すみれ組以上	550.5(488.9) 16.9(16.1) 9.7(11.0) 2.0(1.5)	中華めん、◎米、ノンエッグマヨネーズ、白ねりごま、ごま油、◎ごま	豚もも肉、○しらす干し、◎牛乳	かぼちゃ、バナナ、もやし、きゅうり、にんじん、コーン缶、キャベツ、干しびどう、ねぎ、○わかめご飯の葉、にんにく	ラーメンスープ	じゃこわかめおにぎり 麦茶
04水	*誕生会* ツナピラフ 鶏の唐揚げ 花野菜のサラダ ジュリアンスープ	636.5(542.7) 24.2(21.2) 23.1(21.3) 1.6(1.3)	米、○ホットケーキミックス、片栗粉、○砂糖、油、砂糖、○砂糖	◎牛乳、鶏もも肉、○ヨーグルト(無糖)、◎牛乳、○無塩バター、ツナ油漬缶、○ホイップクリーム、◎牛乳	○りんご、ブロックリー、たまねぎ、カリフラワー、にんじん、キャベツ、コーン缶、にんにく、しょうが	酢、鶏がらスープ、しょうゆ、酒、食塩	アップルヨーグルトケーキ 牛乳
05木	カレーライス 大根サラダ りんご※すみれ組以上	646.4(547.7) 21.2(18.9) 21.6(19.6) 1.6(1.3)	米、じゃがいも、○ホットケーキミックス、○さつまいも、◎油、油、すりごま	◎牛乳、豚肩ロース肉、○絹ごし豆腐、ツナ油漬缶、スキムミルク、バター、◎牛乳	だいこん、りんご、たまねぎ、きゅうり、にんじん	カレールー、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、酢	さつまいも豆腐パン 牛乳
06金	御飯 カレーの煮つけ きんぴら炒め 小松菜と油揚げのみそ汁	513.9(439.7) 25.5(21.1) 10.1(10.9) 1.9(1.5)	米、◎食パン、砂糖、ごま、ごま油	◎牛乳、かれい、みそ、油揚げ、◎牛乳	れんこん、ごぼう、たまねぎ、○いちじくジャム・低糖度、にんじん、ごまつな、しょうが	煮干しだし、しょうゆ、木まりん、酒	いちじくジャムサンド 牛乳
07土	鶏肉の甘辛どんぶり キャベツの昆布和え わかめのすまし汁	526.1(444.2) 24.1(20.8) 17.1(15.7) 1.9(1.5)	米、◎クラッカー、砂糖、油、片栗粉	◎牛乳、鶏もも肉、◎ツナ油漬缶、◎クリームチーズ、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、塩昆布、わかめ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、食塩、酒	ツナチーズのクラッカーサンド 牛乳
09月	あんかけ焼そば フルーツヨーグルトサラダ ※つぼみ・たんぽぽ組はりんご除去 ほうれん草のスープ	630.9(543.8) 16.8(16.2) 17.3(16.7) 1.7(1.4)	焼きそばめん、◎米、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、◎ごま、ごま油、砂糖	豚ばら肉、ヨーグルト(無糖)、なると、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、もやし、りんご、きゅうり、にんじん、みかん缶、パイナップル、ほうれん草、干しびどう、ピーマン、○塩昆布	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、鶏がらスープ、食塩	昆布おにぎり 麦茶
10火	御飯 カレー肉じゃが ブロックリーのごま酢和え 切り干し大根のみそ汁	533.0(478.9) 21.3(19.9) 16.2(16.1) 2.1(1.9)	米、じゃがいも、◎食パン、砂糖、ごま、油	◎牛乳、豚肩ロース肉、○チーズ、◎ハム、みそ、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、ブロックリー、にんじん、○たまねぎ、◎ピーマン、切り干しだいこん	煮干しだし、しょうゆ、○ケチャップ、酢、木まりん、カレー粉	ピザトースト 牛乳
11水	コッペパン 豆腐のミートグラタン グリーンサラダ オニオンスープ	642.1(521.0) 27.1(22.7) 19.5(18.1) 2.3(1.7)	コッペパン、◎米、小麦粉、油、砂糖	木綿豆腐、牛乳、豚ひき肉、チーズ、◎鶏もも肉、スキムミルク、バター、◎油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、カットトマト缶詰、にんじん、ブロックリー、ピーマン、◎ごぼう、◎にんじん	ケチャップ、酢、鶏がらスープ、◎本みりん、○しょうゆ、中濃ソース、食塩	鶏ごぼう御飯 麦茶
12木	発芽玄米入り御飯 さわらの西京焼き 鶏肉とさつま芋の甘辛和え お蕎麦とえのきのすまし汁	577.3(491.9) 29.1(25.0) 16.0(15.2) 1.5(1.2)	米、さつまいも、◎メロンパン、片栗粉、発芽玄米、砂糖、お蕎麦、油	◎牛乳、さわら、鶏もも肉、みそ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ほうれん草、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、酒、食塩	メロンパン 牛乳
13金	御飯 ハンバーグ コールスローサラダ 【新メニュー】白菜のごま豆乳スープ	753.6(618.5) 25.1(21.7) 32.3(27.5) 1.4(1.1)	米、◎小麦粉、◎コーンスターチ、○砂糖、白ねりごま、◎砂糖、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、パン粉、油	◎牛乳、豚ひき肉、調製豆腐、○無塩バター、◎牛乳、スキムミルク、牛乳、油揚げ、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、はくさい、きゅうり、にんじん、コーン缶	かつおだし汁、しょうゆ、中濃ソース、ケチャップ、酢、食塩、鶏がらスープ	パニラキュッフェルン 牛乳
14土	ハヤシライス スイートポテトサラダ	673.1(587.9) 21.1(19.5) 20.3(20.0) 1.9(1.5)	さつまいも、米、◎食パン、ノンエッグマヨネーズ、◎ノンエッグマヨネーズ、油	豚肉(肩ロース)、◎ツナ油漬缶、スキムミルク、◎牛乳	○やさしいミックスジュース、たまねぎ、にんじん、きゅうり、干しびどう	ハヤシルー、ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、○パセリ粉	ツナサンド 野菜ジュース
16月	御飯 レバーのかりん揚げ 春雨サラダ 小松菜のみそ汁	579.2(493.7) 22.0(19.5) 16.5(15.8) 1.4(1.1)	米、◎玄米フレーク、◎マッシュマロ、はるさめ、片栗粉、油、ごま、砂糖、ごま、ごま油	◎牛乳、豚レバー、○無塩バター、◎牛乳	きゅうり、もやし、にんじん、たまねぎ、ごまつな、コーン缶、しょうが	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、酢、酒、木まりん、食塩	玄米フレークスナック 牛乳
17火	黒米入り御飯 鮭のマヨネーズ焼き 白菜の昆布和え さつま芋とごぼうのみそ汁	544.3(457.6) 29.2(23.7) 14.3(13.8) 1.6(1.3)	米、さつまいも、◎小麦粉、パン粉、○ノンエッグマヨネーズ、ノンエッグマヨネーズ、ごま、黒米、ごま油、砂糖	◎牛乳、さけ、◎鶏もも肉、みそ、○さくらえび、油揚げ、○かつお節、◎牛乳	はくさい、○キャベツ、にんじん、ごぼう、○ねぎ、塩昆布、しょうが、○あおのり	煮干しだし、○ケチャップ、しょうゆ、パセリ粉	お好み焼き 牛乳
18水	ピーンズライス フレンチサラダ 中華風スープ	556.3(468.9) 19.3(17.2) 17.9(16.5) 2.2(1.7)	米、◎コッペパン、◎油、◎砂糖、油、砂糖、ごま油	◎牛乳、だいず水煮缶詰、豚ひき肉、◎きな粉、◎牛乳	キャベツ、カットトマト缶詰、たまねぎ、にんじん、きゅうり、だいこん、ねぎ、ピーマン、コーン缶、干しびどう	ケチャップ、酢、鶏がらスープ、中濃ソース、しょうゆ、酒、◎食塩、食塩、カレー粉	きな粉あげばん 牛乳
19木	食パン 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ キャベツのスープ	515.6(460.5) 22.8(20.8) 11.4(12.5) 1.8(1.5)	食パン、◎米、マカロニ、ノンエッグマヨネーズ	鶏もも肉、ツナ油漬缶、○油揚げ、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、◎にんじん、コーン缶、低糖度マーマレード、○ひじき	○かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、○本みりん、食塩、○酒	ひじき御飯 麦茶
20金	*冬至* とん汁うどん 南瓜の甘煮 みかん※すみれ組以上	526.2(472.1) 18.4(17.3) 7.0(9.4) 1.8(1.4)	◎米、干しうどん、砂糖、◎ごま	豚肉(もも)、◎チーズ、みそ、◎牛乳	みかん、かぼちゃ、だいこん、はくさい、にんじん、しめじ、ごぼう、ねぎ、○しそふりかけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん	ゆかりチーズおにぎり 麦茶
21土	豚肉チャーハン キャベツのツナマヨサラダ わかめスープ	493.4(424.4) 17.3(15.7) 15.1(14.3) 2.2(1.8)	米、○焼きそばめん、ノンエッグマヨネーズ、油、ごま油	◎牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン缶、◎にんじん、○たまねぎ、わかめ、あおのり、○あおのり	鶏がらスープ、○焼きそば粉、中濃ソース、しょうゆ、酒、食塩	焼きそば 牛乳
23月	御飯 みそかつ 三色野菜の納豆和え 白菜のみそ汁	560.2(474.8) 28.1(23.9) 18.2(16.9) 1.1(0.9)	米、◎マカロニ、油、パン粉、小麦粉、○砂糖、黒砂糖、黒すりごま	◎牛乳、豚ヒレ肉、焼きわり納豆、◎きな粉、◎スキムミルク、みそ、◎牛乳	もやし、ごまつな、はくさい、たまねぎ、にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、酒、食塩	マカロニきな粉 牛乳
24火	*クリスマス* ソフトフランス タンドリーチキン リースポテトサラダ コーンクリームスープ	720.3(569.7) 30.2(24.9) 31.0(26.6) 1.9(1.5)	ソフトフランス、じゃがいも、○砂糖、◎米粉、ノンエッグマヨネーズ、◎油、◎片栗粉、○砂糖、砂糖	◎牛乳、牛乳、鶏もも肉、○絹ごし豆腐、ヨーグルト(無糖)、ツナ油漬缶、○ホイップクリーム、スキムミルク、バター、◎牛乳	クリームコーン缶、たまねぎ、きゅうり、コーン缶、ブロックリー、にんじん、にんにく	○ピュアココア、ケチャップ、○ペーキングパウダー、鶏がらスープ、酢、しょうゆ、カレー粉、食塩	豆腐のガトーショコラ 牛乳
25水	豚肉のしょうが焼き丼 三色野菜のごま和え 豆腐となめこのみそ汁	415.1(377.7) 21.4(19.4) 12.2(12.9) 2.1(1.7)	米、◎はるさめ、すりごま、油、砂糖	豚肉(肩ロース)、◎鶏もも肉、木綿豆腐、みそ、◎牛乳	もやし、たまねぎ、○はくさい、ほうれん草、にんじん、なめこ、○しめじ、○もやし、ねぎ、◎にんじん、しょうが	煮干しだし、○かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、酒、○酒、○しょうゆ、◎本みりん、○食塩	ちゃんこ風スープ 麦茶
26木	エビクリームソウパッティー さっぱりサラダ 小松菜のスープ	480.1(430.5) 18.0(17.0) 7.8(9.6) 1.5(1.2)	◎米、スパゲッティ、小麦粉、◎ごま、油	牛乳、えび(むき身)、スキムミルク、バター、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、しめじ、にんじん、ごまつな、○わかめご飯の葉、にんにく	酢、しょうゆ、鶏がらスープ	わかめおにぎり 麦茶
27金	御飯 さわらのみそマヨネーズ焼き ひじきと切干大根の煮物 お蕎麦とえのきのすまし汁	559.3(465.9) 25.5(21.0) 16.2(15.0) 1.4(1.1)	米、○ホットケーキミックス、○ケーキシロップ、砂糖、お蕎麦、ノンエッグマヨネーズ、油	◎牛乳、さわら、◎牛乳、さつま揚げ、◎バター、みそ、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、切り干しだいこん、ひじき、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、木まりん、酒、食塩	ホットケーキ 牛乳
28土	たぬきうどん ゴママヨサラダ	486.7(431.4) 12.6(12.8) 10.9(11.8) 1.7(1.3)	◎米、干しうどん、じゃがいも、揚げ玉、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、砂糖	ツナ油漬缶、なると、○油揚げ、◎牛乳	きゅうり、ねぎ、にんじん、◎コーン缶、◎にんじん、わかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、○しょうゆ、◎本みりん、木まりん、食塩	ごきつね御飯 麦茶

※都合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つぼみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。