



新年おめでとうございます。今年もよろしくお願ひ致します！

いよいよ、新年がスタートしました。
 まだまだ寒い日が続きますが子どもたちが元気に登園してくれる事、
 心より嬉しく思います。
 今年も行事や遊びを通して一日一日を楽しく過ごしていけるよう、
 子どもたちを見守っていきます。

1	水	冬期休暇
2	木	冬期休暇
3	金	冬期休暇
4	土	
5	日	
6	月	絵画教室 刈谷市巡回保育
7	火	
8	水	英語教室
9	木	
10	金	体育教室 薔薇組も
11	土	
12	日	
13	月	成人の日
14	火	安全生活指導 鏡開き
15	水	英語教室

16	木	
17	金	体育教室 薔薇組も
18	土	李・桃組保育参観 給食試食会②
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	英語教室
23	木	避難訓練
24	金	体育教室 薔薇組も
25	土	
26	日	
27	月	絵画教室
28	火	誕生会
29	水	英語教室
30	木	
31	金	体育教室 節分会



今月のねらい

李組

- 喃語や表情で自分の気持ちを表現し保育士とのやり取りを楽しむ。
- 冬の気候を味わいながら戸外でのびのびと遊ぶ。

桃組

- 生活リズムを整え、寒い時期を元気に過ごせるようにする
- 冬の自然に触れながら、体を動かして外遊びを楽しむ。

薔薇組

- 生活の見通しを持ち、身の回りの事や片付けなどの習慣が身に付くようにする。
- 絵本の内容を楽しみながら、自分たちでイメージを広げ、言葉で伝え合うことを楽しむ。

向日葵組

- 気候や活動に合わせて衣服の調整を自分で行う。
- 戸外で体を動かして遊び、体が温まる心地良さを感じる。

紫陽花組

- 生活リズムを整え、生活の流れに見通しを持ち、自ら進んで行動する。
- 音楽・造形・言葉など様々な表現遊びを楽しむ。

園からのお願い

- 園の駐車場の出入りは、事故防止の為、一方通行（入庫は、フローラルガーデンよさみ側から左折で入り、出庫の際も左折で出て頂く）とさせていただきます。必ずお守りください。

今年度も残すところあと3か月となりました。
 子どもたちといっぱい遊んで思い出をたくさん作っていきたいと思います。





新年あけましておめでとうございます



みなさんはお正月にどんな料理を楽しみましたか？園の1月献立にはお正月の料理がたくさん登場します。

お節料理の黒豆、田作り、鱈の西京焼き、紅白脛、松風焼き、七草粥です。

これらには一年を健康に、幸福に過ごせるよう、ひとつひとつに様々な意味合いがこめられています。

それぞれのお正月料理にどんな願いや意味がこめられているのか、子どもと調べたり話をしたりして、日本の伝統文化を大切にしていきたいですね。

今月紹介するレシピ「松風焼き」は、ひき肉を甘めの味噌で味付けした料理で、お正月料理の中でも子ども達にも食べやすくおすすめです。



【松風焼き】のレシピ

<材料>

- ・鶏ひき肉 200g
- ・木綿豆腐 120g
- ・たまねぎ 70g
- ・いりごま 少量
- ・赤味噌 10g
- ・酒 7g
- ・砂糖 3g
- ・片栗粉 7g

<作り方>

- ① 豆腐は水切りしておき、たまねぎはみじん切りにしておく。
- ② 鶏挽肉と豆腐、たまねぎ、調味料を全て混ぜ、鉄板に敷き詰める。
- ③ いりごまを上からかけてオーブンで火が通るまで焼く。
- ④ 包丁で食べやすい大きさに切り分けたらできあがり！



紫陽花組さんでは、日本地図を使いながら色々な郷土料理を調べています。それに合わせて1月の献立では日本各地の郷土料理を取り入れました。

もしかしたら保護者のみなさんの地域の郷土料理も入っているかもしれませんね。見つけたときにはぜひ、子ども達にふるさとの味のお話を聞かせてあげてくださいね。



今月の献立 pick up★

ぜんざい

鏡開きに合わせておやつに提供しています。ほっこり心も身体も温まるぜんざいは、冬にぴったりのおやつです。お餅や白玉団子を入れることが多いですが、麩や玄米おこし、せんべいなどを入れるのもおすすめです。

関東煮（おでん）

冬の定番料理のおでんですが、地域によって出汁や具材も違い、それぞれ『家庭の味』があるのが面白いですよね。おすすめの具は【おでん大根】という品種の大根です。火の通りがとても早く、煮崩れもしにくく、短時間でも出汁がしっかりとしみこみます。まさにおでんのためにつくられた品種です。ぜひ試してみてください。





2024年度 1月給食献立表



日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつの材料
4	土	おにぎり 高野豆腐の味噌汁	精白米 塩昆布 鮭 かつお節 醤油 みりん 高野豆腐 切干大根 カツわかめ コーン缶粒粒 かつお出汁 合わせ味噌	4	土	クラッカーサンド ジャムサンド 牛乳	クラッカー いちごジャム 食パン いちごジャム 普通牛乳
6	月	ごはん 鯖の西京焼き がめ煮	精白米 鯖 西京味噌 みりん 三温糖 鶏もも肉 調合油 里芋 蓮根 人参 牛蒡 干椎茸 かつお出汁 三温糖 醤油 みりん 鞘豌豆	6	月	おせち せんべい 牛乳	黒豆 三温糖 醤油 みりん 煮干し いらごま せんべい 普通牛乳
7	火	ごはん 治部煮 白菜と柚子のサラダ	精白米 鶏むね肉 片栗粉 大根 人参 小松菜 干椎茸 麩 かつお出汁 醤油 みりん 白菜 林檎 人参 柚子 りんご酢 食塩 三温糖	7	火	七草粥 五平餅 牛乳	精白米 七草 食塩 ゆかり もち米 精白米 赤味噌 みりん 三温糖 いらごま 普通牛乳
8	水	ごはん 豚肉炒り豆腐 薩摩芋とひじきのサラダ	精白米 木綿豆腐 豚もも肉 調合油 キャベツ にんじん 干椎茸 醤油 みりん 薩摩芋 にんじん ブロッコリー 干ひじき 醤油 酢 いらごま ごま油	8	木	鶏飯 牛乳	精白米 鶏むね肉 人参 牛蒡 醤油 三温糖 普通牛乳
9	木	鶏の照り焼き丼 小松菜のコンコンサラダ	精白米 鶏もも肉 料理酒 醤油 みりん 三温糖 片栗粉 調合油 キャベツ 人参 いらごま 小松菜 もやし にんじん 油揚げ 醤油 酢	9	木	フルーツポンチ 牛乳	みかん缶詰 もも缶詰 バインアップル缶詰 パナナ 普通牛乳
10	金	食パン ポークビーンズ	食パン 豚もも肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン トマト缶詰 大豆水煮 ケチャップ 三温糖 調合油	10	金	蜜柑 せんべい 牛乳	蜜柑 せんべい 普通牛乳
11	土	あんかけ焼きそば 小魚スナック バナナ	中華めん 豚もも肉 人参 もやし 青梗菜 干椎茸 筍水煮 かつお昆布出汁 鶏から出汁 醤油 料理酒 片栗粉 小魚スナック バナナ	11	土	ココアサンド 牛乳	食パン ピュアココア 普通牛乳 三温糖 コーンスターチ 普通牛乳
14	火	ごはん 鯖の竜田焼き けんちん汁	精白米 鯖 生姜 醤油 料理酒 片栗粉 調合油 木綿豆腐 里芋 大根 人参 ねぎ かつお出汁 醤油 食塩 ごま油	14	火	ぜんざい 牛乳	もち 小豆 三温糖 (せんべい) 普通牛乳
15	水	ロールパン カレーポトフ ヨーグルト	ロールパン 鶏むね肉 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー 食塩 プイヨン カレー粉 ヨーグルト	15	水	ビスケット 蜜柑 牛乳	ビスケット 蜜柑 普通牛乳
16	木	ごはん 関東煮 春菊のじゃこサラダ	精白米 厚揚げ 大根 竹輪 昆布 かつお出汁 醤油 食塩 春菊 人参 キャベツ しらす干し 調合油 醤油 酢	16	木	干し柿とクリームチーズのケーキ 牛乳	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 普通牛乳 調合油 三温糖 干しがき クリームチーズ 普通牛乳
17	金	大豆の肉味噌丼 紅白臈	精白米 豚挽き肉 大豆水煮 干椎茸 玉ねぎ 赤味噌 三温糖 みりん 人参 小松菜 調合油 大根 人参 酢 三温糖 食塩	17	金	ポテサラサンド 牛乳	食パン じゃが芋 人参 まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ 普通牛乳
20	月	ごはん 鯖の西京焼き のっぺ	精白米 鯖 西京味噌 みりん 三温糖 里芋 人参 蓮根 大根 干椎茸 かつお出汁 醤油 みりん 鞘豌豆	20	月	鶏飯 牛乳	精白米 鶏むね肉 人参 牛蒡 醤油 三温糖 普通牛乳
28	火	ごはん 松風焼き 南瓜のいとこ煮	精白米 鶏挽肉 木綿豆腐 たまねぎ 赤味噌 料理酒 三温糖 片栗粉 いらごま 南瓜 あずき 人参 かつお出汁 醤油 みりん 三温糖	28	火	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップ 抹茶 粉糖 甘納豆 普通牛乳
31	金	鬼ごはん かみなり汁	精白米 豚挽き肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 大豆水煮 カレー粉 ウスターソース 醤油 グリンピース とんがりコーン 木綿豆腐 人参 大根 しめじ ねぎ かつお出汁 醤油 ごま油 食塩	31	金	恵方巻サンド 牛乳	食パン ホイップ みかん缶詰 もも缶詰 普通牛乳



保健だより 1月

依佐美清涼保育園

新年あけましておめでとうございます。長い間お休みだったお友達も多かったと思います。体調は大丈夫ですか？感染症が流行る季節です。手洗いうがいをし、生活習慣を整えていきましょう。



咳のしぶきが広がらないようマスクをつけましょう。

咳を手で押さえると、手を介してしぶきが広がります。とっさの時は肘で押さえます。

横になると咳が出てしまう時は、クッションなどで上半身を少し起こすと楽になります。加湿器も効果があります。

3歳以上のお子
さま対象です



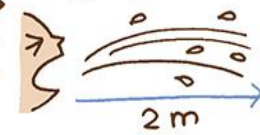
ウイルス、どうやってうつる？



風邪のウイルスは、感染している人のせきやくしゃみ、会話の際のしぶき（飛沫）と共に飛び散ります。また、唾液や鼻水の中にも多く存在しています。ウイルスを含むしぶきを吸い込んだり、ウイルスのついた手を介して目や鼻、口からウイルスが体内に入ったりすることで感染します。



1 ウイルスを含むしぶきを吸い込む



せきやくしゃみのしぶきは2mほど飛ぶので、近くの人が吸い込むと感染します。

2 ウイルスがついた手で目や鼻、口を触る



ウイルスが付着したものに手で触れると、ウイルスが手につきます。ただし、手についただけでは感染しません。

手を洗ってウイルスを洗い流そう

ウイルスが手についても、洗い流せば感染のリスクが下がります。手を洗うときは、せっけんをしっかりと泡立てて、指の間、指先までしっかり洗い、流水でよく流しましょう。

ウイルスのついた手で、目や鼻、口を触るとウイルスが体内に侵入します。

感染!