



ふゆやすみ号

1月の行事予定

夏、秋、冬と巡り、その季節と同様、変化に富んだ充実した2学期でした。氷の秘密をつかもうとコップに入れた色水をペラダに並べ、緊張感をもちながら観察する子。少しだけ降り積もった雪を指でつまんで消えてなくなってしまうミステリーを楽しんでいる子。幼稚園の子どもたちは、身近な冬の自然事象に興味や関心をもち、外遊びにおいて不思議探しを楽しんでいるところです。そのようなお子様と共に今年も心も体も健康に過ごすことができたことに感謝しながら大掃除に励み、園内は新年を迎える喜びや期待で、うきうき感に満ちています。

今学期も、様々な活動を取り入れた通常保育の他、大好きな友だちと一緒に、豊かな感性と表現力を養う目的で行った「おゆぎ音楽ふれあい発表会」、そして表現しようとする意欲を大切に行ってきた製作活動の集大成「作品展示会」がありました。どのお子様も、自信と誇りをもって臨んでくれました。また、お子様の優しい気持ちにも何度も出会うことができました。先日、手洗いを済ませたばかりの4歳児クラスの女の子が私とハイタッチしたいと思ったものの、(ハンカチの拭き残しでまだ濡れているため)園長先生に不快な思いをさせてしまったのは悪いと思ったのでしょう。手の向きをクルッと変え、手の甲でハイタッチしてくれました。相手への思いやりを瞬時に行動へと移すことができることに感動したと同時に、思いやりあふれるご家庭の環境を垣間見た気がいたしました。

さて、新年を迎えるこの時期に、毎年お伝え申し上げていることですが、改めて述べさせていただきます。「今年こそは、希望に満ちた一年になりますように」と祈る方も多いことと思います。希望は、生きる上での幸福感と密接に関連しています。では、どうしたら希望がもてるのでしょうか？希望がもてるか否かは、家族の考え方が大きく影響しています。「深い信頼感の下、家族が自分の努力を高く評価してくれていると感じている人ほど、将来に希望をもって生きることができる」との研究知見が得られています。希望は、人生の指針です。「みんなの大きなうち」である幼稚園も、自分を肯定してくれる温かさに満ちた環境でありますようにと常に胸に刻み、教職員一同心を一つに励んでおります。子どもは、周囲の大人の反応により人生観を学びます。生きていくということは、いつ、どこで、どんな理不尽なことに出あっても限りません。大切なことは、それを乗り越え希望に転じていける力をもつことなのではないでしょうか。周囲の大人に肯定されるほどその力は養われ、幼児期の教育の醍醐味でもあります。保護者の皆様と共に、最高の人的環境を構築してまいりたいと存じます。

22日より冬休みに入るお子様もいますが、その期間中、ご家庭では**三度の食事と就寝の時間**にご留意いただきたいと思っております。ホルモンの分泌や生体リズムなどの観点からも「十分な睡眠は健康な身体と心を育ててくれる」と詳述されています。たとえば、3歳児では、少なくとも12時間の睡眠が必要です。心と身体の健康は「早寝」から始まります。既に実行しておられることと思っておりますが、睡眠時間を管理していただくなど、健康な心と体作りに最も大切な規則正しい生活を送ることができますように今一度ご確認のほどをお願い申し上げます。そして、けがや事故のないようご留意なされ、新年には元気にお会いできますことを心から楽しみにしております。今学期も充実した教育活動を展開できましたこと、保護者の皆様のたくさんのご協力と温かなご支援のおかげと心から深く感謝申し上げます。ありがとうございました。どうぞ来年もよろしく願い申し上げます。

皆様方には、ご健勝にてお年越しくださいますようお願い申し上げます。

12月吉日

園長 油川育子

日	曜	予 定	備 考
1	月	元日	
2	火	年始休業日	
3	水	年始休業日	
4	木	冬休みわんぱくクラブ 7:30~19:00	
5	金		
6	土		
7	日		
8	月	成人の日	
9	火		年少組個人面談
10	水		年少組個人面談 ※1月保育料引落日
11	木	ゆめ・そら(希望者)・カシオペア個人面談	
12	金	ゆめ・そら(希望者)・カシオペア個人面談	
13	土		
14	日		
15	月		
16	火		(P)PTAのつどい 9:30~アーバンホール
17	水	3学期始業式(教育コース 11:30降園)	わんぱくクラブあり
18	木	おもちつき・メリーランド	
19	金		
20	土	わんぱくクラブ	学研プレイルーム(年中)スタジオ ディールーム(年長)体験教室
21	日		
22	月		
23	火		
24	水	英語あそび	
25	木	メリーランド	
26	金	避難訓練	
27	土	わんぱくクラブ	
28	日		
29	月		
30	火	お誕生会	(P)絵本&クラフト教室
31	水	わらべうた	



★ 2月の主な予定 ★

- 1日(木) 年少組保育参観日
- 7日(水) 年中組体操教室参観日
- 16日(金) ゆめ・そら・カシオペア保育参観日
- 17日(土) 一日入園(※令和6年度教育コース入園児)
- 19日(月) えんぶり鑑賞会
- 27日(火) 絵本&クラフト教室
- 29日(木) 年長組保育参観日





1がつのこんだて



認定こども園八戸文化幼稚園
令和5年12月21日

日にち	よう	こんだてめい	ざいりょうめい	エネルギー (kcal)
1	げつ	元日		
2	か	年始休業日		
3	すい	年始休業日		
4	もく	・きつねうどん ・のりしおポテトコロッケ ・みかんかん ・ぎゅうにゅう	うどん、あぶらあげ、なると、ねぎ、にんじん、ほうれんそう、のりしおポテトコロッケ、みかんかん	482
5	きん	・ふりかけごはん(のりたま) ・しのだに ・おくらとにんじんのごまあえ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、のりたまふりかけ、しのだに、おくら、にんじん、すりごま、きりぼしだいこん、たまねぎ、チンゲンサイ	396
6	ど	・バターロール ・ミートボール ・ブロッコリーサラダ ・やさいたつぷりスープ ・やさいフルーツジュース	バターロール、ミートボール、ブロッコリー、チーズ、コーン、キャベツ、にんじん、しめじ、たまねぎ、だいこんは	326
8	げつ	成人の日		
9	か	・スティックパン ・チキンピカタ ・サイコロサラダ ・やさいスープ ・ぎゅうにゅう	スティックパン、チキンピカタ、きゅうり、トマト、いんげん、チーズ、だいこん、えのきたけ、ブロッコリー、ウインナー	444
10	すい	・ごはん ・いかリングフライ(そら・ゆめチーム:サーモンフライ) ・ほうれんそうののりあえ ・さつまじる ・ぎゅうにゅう	ごはん、いかリングフライ、ほうれんそう、もやし、にんじん、やきのり、ぶたにく、さつまいも、だいこん、ごぼう、あぶらあげ、ねぎ、とうふ	460
11	もく	・クリームスパゲティ ・ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ・ココアドッグ ・むぎちや	スパゲティめん、とりにく、たまねぎ、しめじ、ほうれんそう、シチュールウ、ぎゅうにゅう、なまクリーム、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、ココアドッグ	412
12	きん	・ごはん ・さばのてりやき(そら・ゆめチーム:ほっけの塩焼き) ・れいしやぶサラダ ・みそしる ・ミニゼリー ・むぎちや	ごはん、さばのてりやき、ぶたにく、レタス、きゅうり、トマト、だいこん、にんじん、とうふ	406
13	ど	・ごはん ・とりにくのてりやき ・だいこんサラダ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、とりにくのてりやき、だいこん、きゅうり、コーン、ツナ、とうふ、しめじ、こまつな、ねぎ	424
15	げつ	・ごはん ・にこみハンバーグ ・グリーンツナサラダ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、ハンバーグ、ブロッコリー、きゅうり、レタス、ツナ、コーン、さといも、しめじ、たまねぎ、にんじん	399
16	か	・しおラーメン ・かぼちゃチーズフライ ・はちみつレモンゼリー(ゆめチーム:りんごゼリー) ・ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、ぶたひきにく、もやし、にんじん、にら、キャベツ、コーン、ねぎ、かぼちゃチーズフライ	559
17	すい	・のりつくだにごはん ・あかうおのさいきょうやき ・はるさめサラダ ・みそしる ・むぎちや	ごはん、のりつくだに、あかうおのさいきょうやき、はるさめ、きゅうり、みかんかん、ロースハム、きんしたまご、あつあげ、キャベツ、たまねぎ、じゃがいも	334
18	もく	・しらすとわかめのごはん ・ごもくあつやきたまご ・おくらとにんじんのなめたけあえ ・おそうにふう ・みかん(カシオペア:そら・ゆめチーム:みかんゼリー) ・ぎゅうにゅう	ごはん、まぜこみわかめ(しらす)、ごもくあつやきたまご、おくら、にんじん、なめたけ、なまふ、とりにく、ごぼう、だいこん、しいたけ、ねぎ、みつば、みかん	430
19	きん	・ブルーベリージャムサンド ・メンチカツ ・レタスとみずなのサラダ ・ポテトスープ ・ぎゅうにゅう	しょくパン、ブルーベリージャム、メンチカツ、レタス、みずな、ツナ、きゅうり、パプリカ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だいこんは	450
20	ど	・ピピンパどん ・わかめスープ ・ラフランスゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、ぶたひきにく、もやし、にんじん、ほうれんそう、きんしたまご、わかめ、ねぎ、いりごま	422
22	げつ	・チョコスティックパン(そら・ゆめチーム:スティックパン) ・かぼちやいりオムレツ ・チーズポテトサラダ ・やさいスープ ・ぎゅうにゅう	チョコスティックパン、かぼちやいりオムレツ、じゃがいも、チーズ、きゅうり、にんじん、コーン、キャベツ、たまねぎ、えのきたけ	436
23	か	・マーボーどうふどん ・だいこんサラダ ・わかめスープ ・ぎゅうにゅう	ごはん、とうふ、だいちミート、しいたけ、たまねぎ、にんじん、しょうが、だいこん、きゅうり、レタス、ツナ、ミニトマト、わかめ、コーン、ねぎ	397
24	すい	・ごはん(ごましお) ・しるみざかなフライ ・じゃがいものそぼろに ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、ごましお、しるみざかなフライ、じゃがいも、にんじん、ぶたひきにく、たまねぎ、いとこんにやく、いんげん、もやし、にら、あぶらあげ	444
25	もく	・とりごぼうごはん ・おでん ・きゅうりとわかめのすのもの ・おすまし ・ぎゅうにゅう	ごはん、とりにく、まいたけ、にんじん、ごぼう、あぶらあげ、だいこん、あつあげ、さつまあげ、きゅうり、ツナ、わかめ、いりごま、たまふ、えのきたけ、ばんのうねぎ	452
26	きん	・こんさいカレー ・シーフードサラダ ・フルーチェ(いちご) ・むぎちや	ごはん、ぶたにく、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、だいこん、れんこん、カレールウ、レタス、むきエビ、カニカマ、きゅうり、フルーチェ(いちご)、ぎゅうにゅう	429
27	ど	・ごもくあんかけラーメン ・おさつスティック ・オレンジゼリー ・ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、ぶたにく、にんじん、はくさい、きくらげ、チンゲンサイ、なると、おさつスティック	473
29	げつ	・バターロール ・カレーコロッケ(ゆめチーム:野菜コロッケ) ・レタスとチーズのサラダ ・オニオンスープ ・ぎゅうにゅう	バターロール、カレーコロッケ、レタス、ブロッコリー、きゅうり、チーズ、たまねぎ、ベーコン、しめじ、にんじん	389
30	か	・ソースやきそば ・ミニドッグ ・ポイルブロッコリー ・カルピスフルーツポンチ ・むぎちや	やきそばめん、ぶたにく、キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン、ミニドッグ、ブロッコリー、みかん、パイン、おうとう、りんご、ブルーベリー、ブロッコゼリー、カルピス	554
31	すい	・ごはん ・ごもくやさいにくだんご ・もやしときゅうりのツナあえ ・ちゅうかふうコーンスープ ・ぎゅうにゅう	ごはん、ごもくやさいにくだんご、もやし、きゅうり、ツナ、わかめ、クリームコーン、ねぎ、たまご、チンゲンサイ	446

※月齢ごとに咀嚼(噛む、飲み込む)の発達が異なりますので、提供する献立、食材が異なります。
 ※1歳児からチームの2学期頃まで、アレルギーを起こしやすい魚介類(さば、えび等)の提供はありません。
 ※そらチームの3学期頃から、アレルギーの心配がないお子様には、献立表通りに提供することとなりますので、ご家庭で献立表の食材を食べておくようしてください。
 ※エネルギーの表示について、カシオペア以上児のエネルギー表示となっております。そら・ゆめチームの場合はカシオペア以上児(上記)の約8割となります。
 ※食材の購入や行事等により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

鏡開きで健康を祈る

鏡開きとはお正月にお供えた鏡餅を、松の内が明けた1月11日にみんなで食べて健康をお祈りする行事といわれています(地方によっては日にちが異なります)。ちなみに、「開く」というのは「切る・割る」という意味です。餅を切ることは切腹のイメージがあることから「開く」の文字が使われるようになったという説があります。

食事で免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは体をあたためる料理で体温を上げましょう。

- 免疫力アップ** ビタミン、ミネラルの多い食材…緑黄色野菜や果物
- 体力をつける** 発酵食品…納豆、味噌、ヨーグルトなど

SDGs 23日(火) SDGsデー献立

今月のSDGsデーでは、「マーボー豆腐丼」を提供します。環境への影響が少ないといわれる大豆ミート(植物性肉)を使用します。材料の人参は皮をむかずに調理し、廃棄量を削減します。