



## ふゆやすみ号

### 1月の行事予定

日	曜	予 定	備 考
1	木	元日	
2	金	年始休業日	
3	土	年始休業日	
4	日		
5	月	冬休みわんぱくクラブ7:30~19:00 年中組個人面談	
6	火	〃	
7	水	年少組個人面談	
8	木	〃	
9	金		※1月保育料引落日
10	土		わんぱくクラブあり
11	日		
12	月	成人の日	
13	火	カシオペア以下個人面談	
14	水	〃	
15	木		
16	金		
17	土		わんぱくクラブあり
18	日		
19	月	3学期始業式(教育コース11:30降園)	
20	火	おもちつき	
21	水	わらべうた	
22	木	メリーランド	
23	金	避難訓練	
24	土	わんぱくクラブ	
25	日	課外ピアノ教室発表会	八戸市公民館
26	月		
27	火	英語あそび	(P)絵本&クラフト教室
28	水	年少組体操教室	
29	木	メリーランド	
30	金	お誕生会	
31	土	わんぱくクラブ	

#### ★ 2月の主な予定 ★

- 4日(水) 年中組体操教室参観日
- 6日(金) 年少組保育参観日
- 12日(木) そらチーム保育参観日(※終了後進級説明会あり)
- 13日(金) カシオペア保育参観日
- 19日(木) 一日入園(※令和8年度教育コース入園児)
- 20日(金) えんぶり鑑賞会
- 24日(火) 絵本&クラフト教室
- 25日(水) 年長組保育参観日



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。13日に開催いたしました「作品展示会」に、たくさんの皆様にお越しいただきましてありがとうございました。普段のお子様の姿やこの9か月の成長をご覧いただけたことと、また、子どもたちは、達成感と自己肯定感が高められたことと嬉しく思います。一つ一つの小さな体験の積み重ねが、やがて大きな花を咲かせる結果につながっているものと思います。ノーベル賞受賞者の坂口志文氏の座右の銘は「一つ一つ」とのこと。一つ一つ丁寧に取り組むことが、自己実現の根源なのかもしれません。その後、子どもたちと共に大掃除に励み、園内は新年を迎える喜びや期待に満ち溢れています。

さて、その作品展示会において、ご覧になった方も多いことと思いますが、今年も4、5歳児クラスのお子様が「ドコモ未来ミュージアム」コンテストに応募しました。「僕たち、私たちの未来の暮らし」をテーマに、子どもたちが「将来こうなってほしい」と思うことや「こうしたい」と想像する未来の希望を、自由な発想をもち1枚の画用紙で表現するものです。その一部を紹介しますと「ずんだの世界に行きたいな」「氷のすべり台をいっぱい作りたい」「いろいろな所に行けるドアがほしい」「テレビの中に入ってみたい」「雪だるまといっしょに寝られる暖かい毛布がほしいな」「お金の雨が降ってくるといいな」等々。応募した全ての作品からは、優しさと希望が伝わってくると同時に明るい未来がみえてきます。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、「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。ここでは4歳児クラスの自由画を紹介しましたが、他学年の作品からも希望という内面を託して作品を作り上げたエネルギーを感じ取ることができます。「みんなの大きなおうち」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うとも限りません。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作品展示会を通して改めて感じた次第です。

24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います。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いますが、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るよう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お願い申し上げます。

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





# 1がつのこんだて

認定こども園八戸文化幼稚園  
令和7年12月23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	もく	元日		
2	きん	年始休業日		
3	ど	年始休業日		
5	げつ	・こくとうパン ・チキンピカタ ・チーズポテトサラダ ・やさいスープ ・ぎゅうにゅう	こくとうパン、チキンピカタ、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	409
6	か	・ふりかけごはん(さけ) ・しのだに ・もやしときゅうりのツナあえ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、さけふりかけ、しのだに、もやし、きゅうり、ツナ、わかめ、にんじん、きりぼしだいこん、たまねぎ、チンゲンサイ	409
7	すい	・ごはん ・いかリングフライ(そら・ゆめチーム:さけフライ) ・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	429
8	もく	・きつねうどん ・かぼちゃコロッケ ・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、かぼちゃコロッケ、みかんかん	421
9	きん	・ごはん ・いわしのうめおかか(そら・ゆめチーム:赤魚の煮付け) ・れいしやぶサラダ ・みそしる ・むぎぢや	ごはん、いわしのうめおかかに、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	331
10	ど	・マーボー豆腐どん ・やさいたっぷりスープ ・アセロラゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、とうふ、ぶたひきにく、たまねぎ、ねぎ、しょうが、キャベツ、にんじん、えのきたけ、チンゲンサイ	415
12	げつ	成人の日		
13	か	・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	435
14	すい	・のりつくだにごはん ・ほっけのしおやき ・はるさめサラダ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、のりつくだに、ほっけのしおやき、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	389
15	もく	・しおラーメン ・ミニドッグ ・おうとうかん ・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、ミニドッグ、おうとうかん	412
16	きん	・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	370
17	ど	・ピピンバどん ・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、コーン、ねぎ	417
19	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、チーズ、ブロッコリー、きゅうり、たまねぎ、ベーコン、しめじ、にんじん	369
20	か	・ごはん ・さけのしおやき ・きんときまめ(カシオペア以上児のみ) ・おくらとにんじんのこまあえ ・おぞうにふう ・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、さけのしおやき、きんときまめ、おくら、にんじん、すりごま、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	412
21	すい	・ごはん(ごましお) ・しろみざかなフライ ・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、しろみざかなフライ、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	411
22	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 ・バナナ ・むぎぢや	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、きゅうり、コーン、バナナ	362
23	きん	・SDGsこんさいカレー ・シーフードサラダ ・フルーチェ(いちご) ・むぎぢや	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	398
24	ど	・とりにくのてりやきどん ・やさいたっぷりスープ ・オレンジゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、とりにくのてりやき、きんしたまご、きざみのり、えのきたけ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ	406
26	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) ・ミートオムレツ ・サイコロサラダ ・コンソメスープ ・ぎゅうにゅう	チョコスティックパン、ミートオムレツ、きゅうり、トマト、いんげん、チーズ、ほうれんそう、もやし、ウインナー、にんじん	402
27	か	・とりごぼうごはん ・ミニおでん ・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	434
28	すい	・ごはん ・さばのしょうゆに(そら・ゆめチーム:赤魚の煮付け) ・ほうれんそうのなめたけあえ ・みそしる ・ミニゼリー ・むぎぢや	ごはん、さばのしょうゆに、ほうれんそう、もやし、にんじん、なめたけ、とうふ、なめこ、ねぎ	353
29	もく	・みそにこみうどん ・のりしおポテトコロッケ ・オレンジ(そら・ゆめチーム:みかん缶) ・ぎゅうにゅう	うどん、とりにく、だいこん、ごぼう、にんじん、はくさい、ねぎ、あぶらあげ、ほうれんそう、のりしおポテトコロッケ、オレンジ	395
30	きん	・ごはん ・とりのからあげ ・ブロッコリーとさつまいものサラダ ・やさいたまごスープ ・カスタードロールケーキ ・むぎぢや	ごはん、とりのからあげ、ブロッコリー、ツナ、さつまいも、きゅうり、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、たまご	430
31	ど	・やきにくどん ・やさいたっぷりスープ ・パインゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、ぎゅうにく、たまねぎ、にんじん、とうふ、えのきたけ、だいこん、だいこんは	406

※月齢ごとに咀嚼(噛む、飲み込む)の発達異なりますので、提供する献立、食材異なります。  
※1歳児そらチームの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2回以上は食べておくようにしてください。  
※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。

## 正月に食べる雑煮

雑煮は、正月の行事食で、全国各地にさまざまな種類があります。  
雑煮が正月の行事食として食べられるようになったのは、室町時代の頃からといわれています。また、それが貴族や武家だけではなく、庶民の間にも広がったのは、江戸時代の末期といわれています。  
雑煮は、地域や家庭によってさまざまです。丸もちや角もち、また、焼いたもちか煮たもちか、味つけもしょうゆやみそなどがあり



### もち

日本では、もちは昔から神様に供えられて、ハレの日の食べ物とされてきました。  
鏡もちは、年神様へお供えする神聖なものです。正月に鏡もちを供えて、雑煮やおせち料理で神様をもてなし、同じものを食べることで1年を健康で過ごすための力をもらおうと考えられていました。

## 23日(金) SDGsデー献立

今月のSDGsデーでは、「SDGs根菜カレー」を提供します。材料の大根、人参は皮をむかずに調理し、廃棄量を削減します。

