



2月の園だより



令和6年1月29日 真駒内保育園

厳寒の候、札幌にも再び大雪がやって来ました。寒さも続いています。いかがお過ごしでしょうか。また、日々の雪かきで、筋肉痛や腰痛は大丈夫でしょうか？個人的には、雪はもう十分と思っているのですが、保育園では、元気いっぱいの子どもの声が園庭に響き、雪だるま、かまくら、今年もできた雪山は人気上々、子どもたちは、楽しい冬の季節を思い切りエンジョイしているようです。

さて、保護者の皆様のご協力で、コロナを初めインフルエンザ等の感染症も大幅に減少し、園内の生活環境、各種行事の開催方法も、例年に戻りつつあります。今後もより良い保育を進めていく上で、保護者の皆様もご意見等ございましたら、是非お知らせいただきたいと思います。私たちは、子ども達、保護者・ご家族の皆様の安心・安全と、併せて自身の健康を守る意識を強くもって、行動してまいります。

現在、ひまわりさんたちは、卒園～入学に向け、期待・楽しみと不安が織り交じり、中々心揺れ動く時期かと思えます。でも、真駒内保育園から巣立った皆は、すぐに新しい環境に慣れ、新しいお友達もいっぱい見つけて、小学校生活を満喫しています。

『冬は必ず春となる』との言葉通り、希望の春の訪れを楽しみにしながら、いまを精一杯元気に過ごしていきましょう。

園長 田川 清志

2月の行事予定

- 1日(木) 水道記念館出張教室(ひまわり組)
- 2日(金) 節分・豆まき
- 6日(火) お誕生会
- 9日(金) 布団カバー洗濯日<乳児>
- 13日(火) 不審者対応訓練
- 20日(火) 避難訓練
- 22日(木) 布団カバー・上靴洗濯日<乳児・幼児>
- 29日(木) 卒園式総練習(1回目)



上靴のサイズは足に合っていますか？点検を、お願いいたします。

- 7・14・21・28日(水) 水泳教室(ひまわり組)
※ 進級テストは21日です。
- 1日(木) 体操教室(ゆり・ひまわり組)

保育のねらい

- ☆雪あそびを通して健康増進を育み創造性を豊かにする。
- ☆自然現象の不思議を知って楽しむ。



第57回 卒園式

日時：令和6年3月9日(土)

午前10時より

会場：真駒内保育園ホール

昨年度までは、人数制限させて頂きましたが、今年度は制限せず、実施いたします。当日は、体調が優れない場合は、大変申し訳ございませんが、参加をお断りさせていただきます。ご理解、ご協力の程よろしくお願いいたします。



保護者の方の居所を明確

けが、急な病気、災害など連絡の必要が生じる場合があります。その日勤務先を不在にする場合などは、必ず保育士にお知らせください。

個人懇談の希望が有りましたら、前もってクラス担任へお知らせください。

1月は、保護者様からのご意見、ご要望はありませんでした。

2月3日は節分。昔は悪い病気や災害などが起こるのは鬼の仕業だと考えていました。この鬼を追い払えば、家中健康で幸福な生活ができるという思いから『鬼は外、福は内』と言って、豆まきをするようになったと言われています。春を迎える前の厄よけです。

園でも鬼のお面や三方をつくり心の中にある弱虫鬼、泣き虫鬼などを追い出し、元気に保育園で遊べるように、豆まきをします。



食事のあいさつ

「いただきます」は、動物や植物の命をいただく事、食事を作ってくれた人への感謝の意味があります。



「ごちそうさま」は、食べ物を作ったり、運んでくれた人への感謝の気持ちを表しています。園では、色々な人のおかげで、毎日食事が出来る事に感謝し、気持ちを込めてあいさつが出来るように指導しています。ご家庭とともに、挨拶の大切さを身に付けていきたいと考えています。

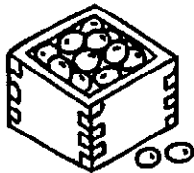


札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和6年 2月

真駒内保育園

	曜日	1～2歳児献立 主食	1～5歳児共通献立	1～2歳児献立 午前おやつ	1～5歳児共通献立 午後おやつ
1 15	木	ごはん	味噌汁（豆腐・切干大根）・豚肉の香味焼き 小松菜ひじき和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
2 16	金	ふりかけごはん	味噌汁（ホウレン草・フノリ）・ハンバーグ 人参甘煮・果物	牛乳 果物	牛乳 大豆のケーキ
3 17	土		味噌うどん・キャベツワカメ和え 果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
5 19	月	ごはん	味噌汁（生揚げ・ほうれん草）・鶏肉のハンガリー風煮込み キャベツと人参のサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 オレンジミルクケーキ
6	火	誕生日会	いなり寿司・さつま汁 ほうれん草のナムル・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
20	火	ごはん	豆乳味噌汁（キャベツ・油揚げ）・鮭のムニエル風 小松菜ごま和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
7 21	水	ごはん	麦茶・さつま芋のカレー ほうれん草ツナ和え・果物	牛乳 果物	牛乳 メロンパン
8 22	木	ごはん	味噌汁（人参・玉葱）・豚肉の味噌焼き 白菜とチンゲン菜のお浸し・果物	牛乳 果物	牛乳 ナポリタン
9	金	ごはん	味噌汁（水菜・麩）・納豆かき揚げ ブロッコリー中華和え・果物	牛乳 果物	麦茶・市販菓子 鉄強化チーズ
10 24	土		醤油ラーメン・青のりポテト 果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
26	月	ごはん	味噌汁（卵・チンゲン菜）・鶏肉のから揚げ 人参炒め煮・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
13 27	火	ごはん	味噌汁（芋・小松菜）・豆腐のツナ焼き 大根コーン和え・果物	牛乳 果物	ヨーグルト 鉄強化菓子
14 28	水	ジャムサンド	スープ（白菜・人参）・カレーフライ ブロッコリー生姜和え・果物	牛乳 果物	牛乳 焼きおにぎり
29	木	ごはん	味噌汁（玉葱・エノキ）・豚肉カレー焼き ほうれん草納豆和え・果物	牛乳 果物	牛乳・干し芋 市販菓子



*都合により献立が変更になることがあります

- * 毎月1日は野菜の日
- * 毎月4日は栄養の日
- * 毎月19日は食育の日

食のウオッチング



節分は2月3日です



「節分」とは、季節の分かれ目という意味で、本来は、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指すため、年に4回あります。旧暦では、春が1年の始まりとされていたため、立春の前日の節分が特に大事にされ、人々は新しい年が幸せであるようにと願いました。

また、病気や災害などの目に見えない出来事は、邪気（鬼）の仕業だと考えられていました。季節の変わり目には体調を崩しやすい人が多いため、邪気が生じやすいとされ、邪気払いをするようになったといわれています。「鬼は外～福は内～」と豆まきをして邪気を清め、悪い鬼（病気）を追い払います。

穀物である豆は生命力の象徴であり、魔除けの力をもつとも考えられていたそうです。

また、豆は「魔の目」や「魔を滅する」という語呂合わせもでき、鬼の目を狙って豆を投げつけることが鬼退治につながるとされたそうです。



ナッツ類は小さな破片も要注意 5歳以下の子どもには食べさせないで！

炒り大豆や落花生、ナッツ類などは丸く表面が滑らかなため、誤って飲み込んでしまうと、喉に詰まって窒息する危険性があります。大人に近い咀嚼（食べ物を歯でかみ砕くこと）ができるようになり、飲み込んだり吐き出したりする力が十分に発達するのは3歳頃ですが、その2つを協調させることができるようになるのは6歳頃と言われています。小さな破片が気道に入った場合、気管支炎や肺炎を起こしたり、体内の水分で膨張して気管を塞ぎ、窒息につながったりするおそれもあります。5歳以下の子どもには豆やナッツ類は食べさせないようにしましょう。

また、6歳以上でも口の中に食べ物を入れたまま急に動いたり、驚いたりなど、ふとした拍子に口の中の食べ物を吸い込んでしまうことがあります。食べさせる場合は、落ち着いて食べることのできる環境を整えるようにしましょう。

<参考：消費者庁ホームページ>



今月の給食から

豆腐と切干大根の味噌汁

切干大根は、大根を干して乾燥させて作ります。生の大根と比べると、甘みが増してカルシウムや食物繊維も豊富です。

<材料 幼児6人分>

木綿豆腐	150g
切干大根	12g
味噌	大さじ1・1/2(27g)
だし汁	720ml

<作り方>

- ①豆腐は1cm程度の角切りにする。
- ②切干大根は、よく洗い、水で戻して適当な長さに切る。
- ③だし汁で②を煮て、やわらかくなったら、①を入れ味噌を加える。

保育所給食基準献立の味噌汁で切干大根と組合せている具材には、他に、生揚げ・油あげ・さつま芋・ほうれん草・小松菜・チンゲン菜・水菜・人参・ワカメ・きのこ類があります。食材の組合せを変えたり、味付け（洋風や中華も合います）を変えたりしてもよいですね。