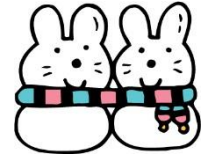


令和5年度



えんだより



西出水認定こども園 出水市西出水町367番地

電話番号 62-0577 園長 萩嶺 善信 担当 島田 昌子

暦のうえでは春を迎えますが、まだまだ寒い日もあります。一日のうちでも気温差があるなど体調管理が難しいですが、一人ひとりの体調の変化に気を配りながら今年度残りの2か月間、楽しく過ごしていければと思います。

ご家庭でもご留意頂き、早寝・早起き・朝ごはん、子どもたちが毎日元気に登園できますよう、ご協力をよろしくお願い致します。



節分・豆まき 「おにはーそとー！ ふくはーうちー！」という子どもたちの元気な掛け声とともに、みんなの心や体からたくさんの鬼が逃げて行きます。

「節分」には季節を分けるという意味があり、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことです。昔は立春が1年の始まりだったので、節分といえば立春の前の日を指すようになりました。悪いものや災いに例えた鬼を、豆をまいて追い払い、1年の無病息災を願います。

健康管理

感染症やかぜがはやっているときこそ、規則正しい生活を心がけ、外出後は手洗い・うがい、室内の湿度を保ち換気をする、人ごみを避けるなどして、しっかり予防することが大切です。免疫力を低下させないためにも、よく食べよく寝て、元気に過ごせるようにしましょう。



寒いとおしっこが近い

寒くなるとトイレの回数が増えます。人間は体の中にある水分を同じ量に保つために、心臓から汗とおしっこで調節していますが、冬場は汗をかかなくなるので、体の中にある余分な水分を出すために、おしっこの量が増えるのです。出かけるときは、トイレの場所を確認しておくとうれしいですね。



できていますか？



トイレに入る時、スリッパがぐちゃぐちゃだったら・・・どんなきもちになるでしょう？玄関で脱いだ靴をそろえたり、トイレのスリッパを「バックオーライ！」と、後ろ向きにそろえて脱いだり、気持ちよく心をそろえる習慣。こどもたちにも身につけて欲しいですね。

はきものをそろえる

藤本幸邦 作

はきものをそろえるところもそろう ころろがそろうと、はきものもそろう
ぬぐときにそろえておくと、はくときにころろがみだれない
だれかがみだしておいたら だまってそろえておいてあげよう
そうすればきっと世界中の人の心もそろうでしょう





ぞうぐみだより

2月号

担任 長谷川 純子

子ども達は、子ども園最後のお遊戯会練習を楽しんでいます。お遊戯は、自分のだけでなく友達のも覚えて、踊っています。劇は、入れ替わりがあり忙しいですが、楽しんでいます。合奏も、自分のパートを頑張っています。体調を整えて、全員参加できるようにしたいです。ご協力、よろしくお願い致します。



たいこまついどん!



ひらひらまいおうぎ



忠烈会津の白虎隊



アイドル

衣装袋は、引き出物用の底の広い物をお願い致します

用意して頂くもの…黒長袖Tシャツ、黒レギンスか黒のタイトなズボン **6日(火)まで**

髪型は予行練習、お遊戯会当日とも、**アップ**にして頂けると嬉しいです。

劇の衣装で用意して頂くもの

こうへいくん、はるとくん、ふうまくん、(い)はるくん、りょうすけくん、りょうくん…黒長袖Tシャツ

れんとくん、しゅうくん、しょうりゅうくん、こうせいくん、はるきくん、うずひくん…黒レギンスか黒のタイトなズボン (お遊戯で使用する服が同じ方は、1枚で大丈夫です。)

※質問等ございましたら、お声掛けください

お知らせとお願い

◎2/7(水)はぞうぐみのみのバス遠足です。**午前 7:30 登園完了、午前7:50 出発**です。時間に遅れると間に合いませんので、**時間厳守**をお願い致します。

◎予行練習2/8(木)、26(月)、27(火)、お遊戯会当日 3/2(土)は**黒の靴下**(長さはおまかせします)、服装は着替えやすいように**上下体操服**で、レギンスや長袖のトレーナーなどを着ずに、上着を着て来て下さい。よろしくお願い致します。

◎衣装を入れるための、**大きめのエコバッグかレジ袋**に、しっかりと名前を記入して **6(火)までに全員ご用意**下さい。

一人1枚

※用意して頂くものがある方は、一緒に持ってきて下さい。



2月うまれのおともだち

2日 りおさん

2日 うずひくん

7日 ひなのさん

15日 さらさん

おたんじょうびおめでとう♪





きりんぐみ



担任 上間 愛



先月の保育参観は、沢山の方の参観ありがとうございました。普段の様子をご覧いただけたのではないかな、と思います。

来月は発表会もあるので、そこでもまた成長を感じられるのではないかと思います。楽しみながら、日々頑張って練習していますので、おうちに帰られたらぎゅ〜とだきしめてあげたり、「がんばってるね〜」と声をかけてあげてください。



お知らせ!

発表会リハーサル
8日(木)・26日(月)の午前中になります。

※8:20までに、上下体操服で登園をお願いします。



保育参観の様子

◎お遊戯会の衣装用

A3サイズ位の大きさの紙袋を、名前を書いて6日(水)までに持たせて下さい。

◎22日(木)にクッキングをする予定

エプロン・三角巾・マスクを17日までに、名前を書いて持たせてください。



ご協力
お願いします



- HAPPY BIRTHDAY**
- 1日 あすか ちゃん
 - 11日 こうせい くん
 - 12日 つきの ちゃん
 - 15日 ゆうま くん





うさぎぐみだより



担任 出口 なつえ

急に寒さが強まり、「寒い寒い。」と言いながら過ごしている日々となりました。そんな中でも、元気いっぱい笑顔いっぱいの子ども達。お友達との関わりも増え、会話を中心にして楽しく遊んでいる姿が見られています。自分の気持ちを言い合ってケンカすることもあります。見守りながら仲良く過ごしていける様にしていきたいと思います。まだまだ寒さは続きますので、体調管理に十分注意しながら、楽しく元気に過ごしていきたいと思います。

～大根掘り～



たんじょうびおめでとう！！

19日 いつき くん

22日 ゆかり ちゃん



大きい大根が穫れました！！

お知らせとおねがい

- ◎2月8日(木)、26日(月)に音楽ホールにて発表会の予行練習をします。詳しくは別紙にてお知らせします。
- ◎お遊戯会は3月2日(土)です。体操服上下と白靴下(すねくらいの長さ)で来てくださるようお願いいたします。変更があれば、その都度お知らせします。
- ◎汚れた服を入れる袋や手拭きタオル忘れがあるようです。すみませんが登園前に再度確認の方をよろしく願いいたします。

♡新しいお友達♡

ゆかり ちゃん

仲良くしてね♪



いすぐみだより



担当 丸畑 ゆかり

まだまだ寒い日は続きますが、子ども達は園庭に出ると元気いっぱい体を動かし遊んでいます。今年度もあと2か月となりました。今後も毎日楽しくすごせるよう、また、自信を持って、うさぎ組へ進級していけるよう手助けしていきたいと思います。

来月のお遊戯会に向けても練習を頑張っていますので、どうぞお楽しみに！



↑ コマ作り → 大根収穫 →

先月の保育参観の様子です



↑ 雪だるま製作

お知らせとお願い

○2月9日(金)までに、大きめのレジ袋またはエコバックを名前を書いて持たせて下さい。(衣装を入れます)

○発表会当日は、上下体操服でお願いします。

<お遊戯曲>

でんでんでんしゃ

みゆきちゃん・ひなちゃん・いのちゃん・せいかちゃん
かなたくん・みなとくん・まさひろくん・かなとくん

スマイル

めいちゃん・おとちゃん・ゆいなちゃん・ももかちゃん
いりあちゃん・なるちゃん・るいちゃん・さほちゃん・まいのちゃん

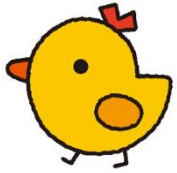
トンガリたいそう 全員で踊ります

2月生まれのお友達

1日 おと ちゃん

3日 なる ちゃん

3歳おめでとう！



ひよこぐみだより



担当 松島賀子

新年が明けてあっという間に1カ月が過ぎる中、子供たちのかわいい笑顔と楽しく遊ぶ姿に癒される毎日です。2月は一年で最も寒い日が続くと言われています。まだまだ、インフルエンザなどの感染症に注意しなければいけない季節です。

しっかりと子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでいきたいと思ひます。



保育参観はたくさんのご参加ありがとうございました。手先を使ったシール遊び、初めての感触の米粉ねんど、畑での大根収穫などいろいろなことを楽しみました♪。

お知らせとおねがい

* 季節外れの暖かさが続き、衣服の準備が大変だと思ひます。寒い日に長袖Tシャツ、暖かい日に裏起毛やフリースしかなかったりすることもありますので、調整しやすい衣服を準備してください。

* 1歳児…トイレトレーニング頑張っています。トイレの時間になると、自分で脱いで行っています。中には、お気に入りの場所がある子もいるようです。出せたり、出せなかったりは個人差がありますので、無理のないように楽しく出来たらと思ひます。



2月生まれのおともだち

1日 かいせいくん (2さい)

4日 ふみかちゃん (2さい)

おたんじょうびおめでとう



出水中央児童クラブ

東北東



担当 山並 博樹

今年度も残り2ヶ月となりました。1日1日を大切に、楽しんでいきたいと思ひます。寒さも厳しい日があり、色々な感染症も気になりますが、児童クラブでも、手洗い、消毒、換気等で、感染症対策をしっかりとしていきます。

2月3日は、節分です。悪い鬼をやっつけて、1年を健康に過ごしましょう。

今年、うるう年です。うるう年とは何なのか、なぜあるのか、児童クラブでもお話ししていけたらと思ひます。

クッキングのお知らせ



2月3日(土)にクッキングをします。

参加される方は、エプロン、三角巾、マスクを当日持参してください。

初詣に行きました!





凧作りをして、凧あげをしました！
 楽しそうに走って凧あげをしました！





今月の行事予定 ~2月~



日	月	火	水	木	金	土
※2/2まで出水商業高校から1名職場体験学習、 2/19~3/2 第一幼児教育短期大学から1名保育実習にきます。 よろしくお願いします。				1	2 豆まき	3 節分
4 立春	5	6	7 バス遠足 (年長のみ)	8 予行練習	9	10
11 建国記念の日	12 振替休日	13 2歳児歯科相談	14 3歳児健診	15 発育測定	16	17
18	19 雨水 予行練習	20 避難訓練 2歳6ヵ月児歯科 相談	21 1歳6ヵ月健診	22 猫の日 5歳児歯科相談	23 天皇誕生日	24
25	26 予行練習	27 誕生会	28 1歳6ヵ月健診	29	※2/22は「にゃんにゃんにゃん」で 猫の日です 	

母子健診のお知らせ・・・出水保健センター：2歳児歯科相談2/13(火)、3歳児健診2/14(水)、2歳6ヵ月歯科相談2/20(火)、5歳児歯科相談2/22(木)、1歳6ヵ月健診2/28(水)、高尾野健康管理センター：1歳6ヵ月健診2/21(水)

バス遠足のお知らせ

○期日：令和6年2月7日(水) ○ポップサーカス熊本公演
○場所：菊陽町杉並木公園さんさん特設会場 ※ぞう組さんのみの遠足です。
今年も、年長さんの思い出づくりにバス遠足に行きます。今年は、熊本でサーカスの公演があり、チケットが取れたので見に行くことになりました。
ちょっとドキドキですが、楽しい思い出にできるといいですね！



お遊戯会についてのお知らせ

☆期日：令和6年3月2日(土)
☆場所：マルマエ音楽ホール
☆時間：9時~12時
★予行練習 2月8日(木)・26日(月)：午前中 うさぎ、きりん、ぞう組(音楽ホール)
2月27日(火)：午後 ぞう組(音楽ホール)
2月19日(月)：午前中 りす、ひよこ組(園内)
※午前中の予行練習の日は、8時20分までの登園をお願いします。



『うるう年』

うるうどし
今年は何年に一度の閏年です。

太陽と地球からの贈り物で、
1年が1日多くなります！



地球は、太陽のの周りを1年かけてまわっています。正確に言うと365日と5時間48分46秒。1年を「365日」と固定してしまうと、4年で約1日ほどのずれが生じてしまいます。そこで、4年に1回だけ、2月を1日多くし、29日としています。オリンピックが開催される年、西暦の4で割り切れる年がうるう年です。



担当：栄養士
上井



寒さが一段と増してきて、雪の便りも聞かれる2月です。2月は節分があります、節分には季節を分けるという意味があります。季節の変わり目には体調を崩しやすいので、気をつけるという意味もあります。毎日の食事では栄養のあるものを食べて寒さを乗り切りましょう。

節分の豆を数えてみよう

節分には年の数だけ豆を食べる風習があります。自分の年の数だけ豆を食べますが、数え年（生まれた年を1歳とする考え方）の数を食べることもあります。多く食べることには、「来年も健康でいられるように」という願いも込められています。



食育ワンポイント

感染症に負けない体づくりを

感染症を予防するために、良質なたんぱく質やビタミンを含むバランスの整った食事と、十分な睡眠がとれる規則正しい生活を心がけましょう。



畑のようす

畑の野菜が大きくなってきました。



大根



チンゲンサイ



白菜



人参



レタス



絹さや



ブロッコリー

間引きした人参なども給食で提供しています





月	火	水	木	金	土
			1	2	3
		朝のおやつ	牛乳・コーンフレーク	牛乳・せんべい	牛乳・ごまスティック
		主食	ごはん		とほろごはん
		主菜	豚肉のソース炒め		豚汁
		汁物	春雨スープ		バナナ
		副菜	中華和え		ほうじ茶
		3時のおやつ	フライドポテト	お楽しみに♪	せんべい・ゼリー
5	6	7	8	9	10
ほうじ茶・みかん缶	牛乳・ふかし芋	牛乳・ビスケット	牛乳・野菜クラッカー	牛乳・ポーロ	牛乳・サブレ
麦ごはん	ごはん	麦ごはん		麦ごはん	親子丼
魚のコーンマヨ焼き	鶏肉のマーマレード焼き	肉豆腐	焼きそば	はんぺんフライ	
味噌汁	卵スープ	味噌汁	野菜スープ	味噌汁	吸物
おかか和え	切干大根煮	ごま和え	みかん	マカロニサラダ	もやしとほろ炒め
牛乳	牛乳	ほうじ茶	牛乳	牛乳	ほうじ茶
クリームサンド	キャロットケーキ	豆乳もち	ココア蒸しパン	ナゲット	チーズパンケーキ
12	13	14 (バレンタイン)	15	16	17
	牛乳・バナナ	ほうじ茶・ゼリー	牛乳・野菜クラッカー	牛乳・牛乳バー	牛乳・せんべい
		パン	ごはん	麦ごはん	ふりかけごはん
振替休日	和風スパゲティ	シチュー	魚の磯辺揚げ	松風焼き	鶏じゃが
	わかめスープ		味噌汁	中華スープ	味噌汁
	フロッコリー和え	ひじきサラダ	白菜のお浸し	ナムル	
	ほうじ茶	牛乳	牛乳	牛乳	ほうじ茶
	おにぎり	フラウニー	チョコバナナ	クッキー	コーンスナック
19	20	21	22	23	24
牛乳・ポーロ	ほうじ茶・ヨーグルト	牛乳・ビスケット	牛乳・せんべい		牛乳・クラッカー
麦ごはん	ごはん	麦ごはん	ごはん		麻婆丼
魚のごま焼き	豚肉の生姜焼き	魚の甘辛からめ	筑前煮		中華スープ
味噌汁	コンソメスープ	とうめん汁	味噌汁		ゼリー
春雨サラダ	サラダ	かぼちゃの煮物	塩昆布和え		ほうじ茶
牛乳	牛乳	ほうじ茶	牛乳		ほうじ茶
チーズスティック	しらすマヨトースト	ポテトもち	ホットケーキ	天皇誕生日	おやつはお楽しみに♪
26	27	28	29	<p>お知らせ</p> <p>※朝のおやつは、3歳児未満のみです。 ※園の畑で収穫した野菜を使用しています。</p>	
牛乳・ビスケット	牛乳・食パン	牛乳・野菜バー	牛乳・ウエハース		
おにぎり		麦ごはん	チキンカレー		
きつねうどん		魚の味噌焼き			
のり和え		すまし汁	大根サラダ・みかん		
牛乳	誕生会	牛乳	牛乳		
お麩ラスク	お楽しみに♪	バタークリームサンド	せんべい・プリン		

大豆に含まれる成分

大豆にはたんぱく質・炭水化物・脂質・水分・灰分のような成分のほかに、

- ・総コレステロールを低下させる**大豆レシチン**
- ・ビフィズス菌を増殖させる作用のある**オリゴ糖**
- ・抗酸化作用、またコレステロールなど血中脂質の低下が期待できる**大豆サポニン**
- ・骨粗しょう症の予防や更年期の不調を改善するといわれる**イソフラボン**といった多くの機能性物質が含まれています。

大豆を食べよう！

日本が世界の最長寿大国となった理由として、栄養バランスの良い食事があげられています。その中で大豆は肉と匹敵する量のたんぱく質を含んでいることから「畑の肉」とも言われ、海外でも注目されています。アメリカでは「大地の黄金」とも言われているそうです。煮物にしたり、スープに入れたり、片栗粉で揚げて甘辛くしてみたり。レパートリーを増やして色々な料理に登場させたい食材です。