

2023年 2月 つどいの森もみの木こども園 行事カレンダー

日	曜	行事	日	曜	行事
1	水	実習生①	16	木	サーキット開放 実習生②
2	木	お話し会	17	金	
3	金	節分	18	土	
4	土		19	日	
5	日		20	月	
6	月		21	火	
7	火		22	水	
8	水		23	木	天皇誕生日
9	木		24	金	
10	金		25	土	入園説明会
11	土	せいかつ発表会	26	日	
12	日		27	月	
13	月	実習生②	28	火	
14	火				
15	水	誕生会			

<お願いとお知らせ>

- ・日時の予告をしない避難訓練が毎月一度行われます。



看護師 宮川 綾子

新しい年のスタートです

園内には子ども達のにぎやかな声が響いています。お正月の雰囲気は落ち着き、少し疲れが出てきている子も見受けられます。乾燥や寒暖差も著しいこの時期、親子共に体調をしっかり整えたいですね。



やけどをしたら・・・

冬はやけどが増える時期。ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間触れることで起こる「低温やけど」が増えています。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴です。肌が赤くなったり、痛痒く感じたら要注意です。

万が一、やけどしてしまったら、すぐに流水で冷やしましょう。乳幼児期は細菌感染をしやすいので、軽傷と思っても念のため受診を！



インフルエンザと思ったら

① 受診して確認を

風邪や新型コロナウイルス、その他の感染症との区別がつきにくいので、早めに受診して頂き、適切な処置を受けましょう。

また、陽性と診断された場合は、園にその旨の連絡をお願いします。

② 脱水症状に注意

高熱や下痢・食欲不振等により脱水症状が出やすくなります。以前お伝えしました嘔吐後の飲水のすすめ方を参考に、水分補給をしていきましょう。

③ 解熱後3日間は登園停止

発病してから5日を経過し、解熱後3日後を経過するまでは登園停止です。この期間を守り、家庭でゆっくり療養しましょう。

*今年度は、インフルエンザは「登園許可証」でなく、「登園届」を保護者の方に記入していただくことになっています。(裏面を参照してください)

登園届（保護者記入）

つどいの森もみの木こども園 施設長殿

児童名 _____

病名「 インフルエンザ 」と診断され、

年 月 日医療機関名「 _____ 」

医療機関連絡先（ _____ ）において
病状が回復し、集団生活に支障がない状態と判断されましたので登園いたします。

保護者名 _____

印又はサイン _____

インフルエンザについては、登園のめやすを参考に、かかりつけの医師の診断にしたがい、登園届の提出をお願いいたします。なお、園での集団生活に適應できる状態に回復してから登園するようご配慮ください。

〈登園のめやす〉

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
例1	発熱 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	解熱後 4日目	解熱後 5日目	登園			
例2	発熱	発熱 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	解熱後 4日目	登園			
例3	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登園		
例4	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	解熱後 3日目	登園	

食育だよリ



【この冬野菜の名前はな〜んだ?】



「ブロッコリー！」や「カリフラワー！」と元気よく答えてくれる子どもたち。

「貝殻みたいな、この野菜の名前は？」と聞くと「・・・」と声が聞こえなくなっていました。

「この野菜は、ロマネスコと言う、ブロッコリーやカリフラワーの仲間なんだよ。スーパーや、八百屋さんにあるから探してみてね。」と、お話しをしました。お子さんとスーパーや、八百屋さんに行かれた際には、探してみてください。



ばら組では、じゃが芋クッキーを作ったので、お芋の食べ比べをしてもらいました。



ポテトチップス



さといもチップス



さつま芋チップス

全種類食べてもらってから、どれがおいしかったか手を挙げてもらいました・・・が、ほぼ全員が、全種類に手を挙げてくれたので、全部おいしかったようです。

●●●●●●●● 《お芋チップスの作り方》 ●●●●●●●●

- ① お芋を、スライサー、または、包丁で1~2mmの厚さに切る。
- ② 水に5~10分さらし、水気をしっかりキッチンペーパーで拭き取る。
- ③ 鉄板に重ならないように並べ、油または、オリーブオイルを薄く塗る。
- ④ 170度のオーブンで、カリッとするまで焼く。

少々手間はかかりますが、ヘルシーなチップスです。

味は、ばら組の子ども達の保証付きです！一度、お試しください！



2月のこんだて

つどいの森もみの木こども園

令和5年

3歳未満児



かみかみの日



節分



骨水の日



野菜の日



世界の料理

「ハンガリー」

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	水	麦ごはん すまし汁 かじきカツ 切干大根の塩昆布和え	牛乳 おつゆ鮭のきな粉がら 牛乳	普通牛乳・凍り豆腐・煮干し かつお節・めかじき まぐろ缶詰・きな粉	米・押麦・薄力粉・パン粉 調合油・ごま油・焼きふ 車糖・有塩バター	チンゲンサイ・切干しいたげ にんじん・きゅうり・キャベツ 塩昆布・レモン	うすくちしょうゆ・料理酒 食塩・こしょう・中濃ソース だし
2	木	ごはん みそ汁 ふくさ焼き わかめの酢の物	牛乳 ピザトースト 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 木綿豆腐・鶏卵 かに風味かまぼこ ウインナー・プロセスチーズ	米・車糖・かたくり粉・食パン	西洋かぼちゃ・たまねぎ 根菜ねぎ・生しいたげ さやいんげん・わかめ・きゅうり にんじん・キャベツ・青ピーマン	こいくちしょうゆ みりん風調味料・穀物酢 食塩・ケチャップ・こしょう
3	金	恵方巻き すまし汁 鶏の照り焼き 大豆入りポテトサラダ	牛乳 鬼まんじゅう 牛乳	普通牛乳 かに風味かまぼこ まぐろ缶詰・煮干し かつお節・鶏もも ロースハム・だいたず 脱脂粉乳	米・車糖・焼きふ・かたくり粉 じゃがいも・マヨネーズ さつまいも・薄力粉	みついし昆布・にんじん・きゅうり たまねぎ・焼きのり りょうとうもやし・こねぎ・スイートコーン	穀物酢・食塩・だし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒・こしょう ベーキングパウダー
4 ・ 18	土	ごはん みそ汁 鱈の甘酢あん 高野豆腐の含め煮	牛乳 市販菓子 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ さわら・凍り豆腐	米・かたくり粉・車糖 じゃがいも・市販菓子	こまつな・えのきたけ・たまねぎ にんじん・ごぼう・さやいんげん 生しいたげ	こいくちしょうゆ・穀物酢 ケチャップ・だし・本みりん
6 ・ 20	月	ごはん すまし汁 鶏のごま味噌焼き 野菜の和え	牛乳 ヨーグルトのスコーン 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節・鶏もも 淡色辛みそ・ヨーグルト	米・ごま・車糖・薄力粉 無塩バター	わかめ・ほんしめじ・チンゲンサイ にんじん・キャベツ・えのきたけ スイートコーン・焼きのり	うすくちしょうゆ・本みりん こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
7 ・ 21	火	ごはん 洋風スープ 鮭のコーンマヨネーズ焼き りんごサラダ	牛乳 じゃがまる 牛乳	普通牛乳・しるさげ パルメザンチーズ かつお削り節	米・薄力粉・マヨネーズ なたね油・車糖・じゃがいも かたくり粉	ほうれんそう・たまねぎ・スイートコーン 赤ピーマン・黄ピーマン キャベツ・きゅうり・にんじん りんご・あまのり	だし・うすくちしょうゆ・食塩 こしょう・穀物酢・中濃ソース
8	水	味噌ラーメン 棒棒鶏 オレンジ	牛乳 ひじきのおにぎり 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉 淡色辛みそ・ささ身	中華めん・ごま油・ごま 車糖・米	キャベツ・にんじん・スイートコーン たまねぎ・根菜ねぎ・しょうが きゅうり・トマト・りょうとうもやし パレンシアオレンジ・ほしひじき	だし・うすくちしょうゆ みりん風調味料・料理酒 こしょう・こいくちしょうゆ 穀物酢・だし・本みりん
9 ・ 24	木 金	ごはん 中華スープ 酢豚 中華春雨マヨサラダ	牛乳 バナナケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも ロースハム・鶏卵	米・じゃがいも・車糖 かたくり粉・緑豆はるさめ ごま油・マヨネーズ・薄力粉 無塩バター	チンゲンサイ・りょうとうもやし たまねぎ・にんじん・生しいたげ パインアップル缶詰・きゅうり バナナ	だし・うすくちしょうゆ・食塩 こいくちしょうゆ・穀物酢 ケチャップ ベーキングパウダー
10	金	麦ごはん みそ汁 豆腐ハンバーグ ひじきの煮物	牛乳 いちごミルク蒸しパン 牛乳	普通牛乳・油揚げ・煮干し かつお節・淡色辛みそ 豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 だいたず・脱脂粉乳	米・押麦・パン粉・車糖 かたくり粉・薄力粉 いちごジャム	こまつな・根菜ねぎ・たまねぎ にんじん・こねぎ・ほしひじき さやいんげん	食塩・こいくちしょうゆ 本みりん・料理酒・しらたき だし・ベーキングパウダー
13	月	ごはん 洋風スープ 鶏のチーズピカタ やさしいソテー	牛乳 おつゆ鮭のきな粉がら 牛乳	普通牛乳・鶏もも・鶏卵 パルメザンチーズ・きな粉	米・薄力粉・有塩バター 焼きふ・車糖	こまつな・はくさい・キャベツ ほんしめじ・にんじん・たまねぎ りょうとうもやし・スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ・食塩 ケチャップ・パセリ・だし
14	火	ごはん みそ汁 ふくさ焼き ツナときゅうりの酢の物	牛乳 パレンタインブラウニ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 木綿豆腐・鶏卵 かに風味かまぼこ まぐろ缶詰・脱脂粉乳	米・車糖・かたくり粉 薄力粉・無塩バター・粉糖	西洋かぼちゃ・たまねぎ 根菜ねぎ・生しいたげ さやいんげん・わかめ・きゅうり にんじん・キャベツ	こいくちしょうゆ みりん風調味料・穀物酢 食塩・ベーキングパウダー ビュアココア
15	水	ごはん みそ汁 ぶり大根 いもいもサラダ	牛乳 小鬼のケーキ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ・ぶり ロースハム・鶏卵・脱脂粉乳 ホイップクリーム	米・車糖・じゃがいも さつまいも・マヨネーズ ホットケーキミックス・無塩バター ミルクチョコレート・ビスケット	キャベツ・エリンギ・大根 西洋かぼちゃ・きゅうり・たまねぎ	みりん風調味料・料理酒 こいくちしょうゆ・食塩 こしょう
16	木	ごはん けんちん汁 鶏のオニオン照り焼き 野菜のごま和え	牛乳 ポンデケーキ 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 油揚げ・煮干し・かつお節 鶏もも・パルメザンチーズ	米・じゃがいも・車糖 かたくり粉・ごま・白玉粉 なたね油	大根・こまつな・ごぼう・にんじん えのきたけ・生しいたげ・まいたけ ぶなしめじ・根菜ねぎ・たまねぎ チンゲンサイ・キャベツ りょうとうもやし・スイートコーン	料理酒・うすくちしょうゆ 本みりん・こいくちしょうゆ 食塩
17	金	バターカレー フレンチサラダ フルーツヨーグルト	牛乳 シュガーパン 牛乳	普通牛乳・鶏もも ヨーグルト	米・さつまいも・じゃがいも 無塩バター・なたね油・車糖 粉糖・食パン・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・キャベツ きゅうり・もも缶詰 パインアップル缶詰・バナナ みかん缶詰・りんご	カレールー・穀物酢・食塩 こしょう
22	水	ロールパン スープ パプリカカーシュ・チルケ ラコットグリンプリ	牛乳 ひじきのおにぎり 牛乳	普通牛乳・鶏もも ホイップクリーム・ヨーグルト ウインナー・鶏卵 プロセスチーズ	ロールパン・有塩バター 薄力粉・じゃがいも・米 車糖	こまつな・スイートコーン・たまねぎ 赤ピーマン・トマト缶詰 ほしひじき・にんじん	だし・うすくちしょうゆ にんにくにおろし・食塩 こしょう・パセリ・だし 本みりん・料理酒 こいくちしょうゆ
25	土	ごはん みそ汁 治部煮 かぼちゃの甘煮	牛乳 市販菓子 牛乳	普通牛乳・高野豆腐 煮干し・かつお節 淡色辛みそ・鶏もも	米・かたくり粉・焼きふ じゃがいも・車糖・市販菓子	たまねぎ・こねぎ・にんじん ほうれんそう・れんこん 生しいたげ・西洋かぼちゃ	料理酒・こいくちしょうゆ みりん風調味料・だし
27	月	ごはん 洋風スープ 鶏のチーズピカタ やさしいソテー	牛乳 いちごミルク蒸しパン 牛乳	普通牛乳・鶏もも・鶏卵 パルメザンチーズ 脱脂粉乳	米・薄力粉・有塩バター 車糖・いちごジャム	こまつな・はくさい・キャベツ ほんしめじ・にんじん・たまねぎ りょうとうもやし・スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ・食塩 ケチャップ・パセリ・だし ベーキングパウダー
28	火	ごはん みそ汁 ぶり大根 いもいもサラダ	牛乳 ポンデケーキ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ・ぶり ロースハム パルメザンチーズ	米・車糖・じゃがいも さつまいも・マヨネーズ 白玉粉・なたね油	キャベツ・エリンギ・大根 西洋かぼちゃ・きゅうり・たまねぎ	みりん風調味料・料理酒 こいくちしょうゆ・食塩 こしょう

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
462 kcal	21.3 g	14.4 g	66.0 g	305 mg	1.8 mg	196 μg	0.28 mg	0.46 mg	20 mg

☆ 食材の納品の都合によりメニューを多少変更する場合があります。
 ☆ 土曜おやつ(市販菓子)は当日、メニューを掲示させていただきます。
 ☆ ふじ組以降に提供する食品(除去:もち・こんにやく・しらたき/変更:雑穀・押麦→ごはん)
 ☆ 16日・28日:あけび組・かえで組午後おやつ『ポンデケーキ』ではなく『おかかおにぎり』を提供します。