



# 2月 園だより

依佐美清涼保育園

まだまだ寒い日が続きますね。今年は雪が降る日が多く、園庭に積もる雪を見て「早くお外行きたいよ！まだ？」と、寒さなんかへっちゃら！元気いっぱいの子も達です。

今月はいよいよ発表会があります。一人ひとりが一生懸命練習して本番に望みます。一年をかけて成長した姿を楽しみにしててくださいね！  
新型コロナウイルスが猛威をふるっています。手洗いや消毒など、感染予防を行い、元気に過ごしていきたいと思ひます。

1	火	
2	水	英語教室
3	木	節分会
4	金	体操教室
5	土	
6	日	
7	月	絵画教室
8	火	
9	水	英語教室
10	木	
11	金	建国記念の日
12	土	
13	日	
14	月	絵画教室
15	火	避難訓練

16	水	
17	木	
18	金	
19	土	生活発表会
20	日	
21	月	絵画教室
22	火	お別れ遠足&消防署見学
23	水	天皇誕生日
24	木	誕生日会
25	金	体操教室
26	土	
27	日	
28	月	絵画教室



## 李組

- ・保育者に援助してもらいながら、自分でしてみようとする。
- ・好きな遊びを見つけ、友達と関わりながら遊ぶことを楽しむ。

## 薔薇組

- ・身の回りの事を自分で行き、出来た達成感を味わう。
- ・自分から友達と関わりを持ち、楽しく遊ぶ。

## 向日葵組

- ・生活発表会に向けて、友達と協力して準備や練習に取り組む。
- ・冬ならではの遊びや行事に親しむ。

## 今月のねらい

## 桃組

- ・簡単な身の回りの事は自分で行おうとし、自信がつく。
- ・保育士に見守られながら、仲の良い友だちと同じ玩具で遊ぶことを楽しむ。

## 桜組

- ・生活発表会を通して、友達と一緒に表現することを楽しむ。
- ・行事などを通して、皆で取り組むことが楽しいと感じる。

## 紫陽花組

- ・冬の生活を知り、元気に過ごす。
- ・冬の自然に触れ、冬ならではの遊びを楽しむ。



## 園からのお願い

- ・新型コロナウイルスが猛威を振るっております。感染予防の為に、幼児クラス（出来れば薔薇組も）マスクの着用をお願い致します。また、汚れたり、耳ゴムが切れてしまうこともありますので、予備のマスクもお持たせください。
- ・マスクには、必ず記名をしてください。
- ・ご兄弟が体調不良の際は、**体調不良の方が受診をし、医師の登園許可が出るまでは登園をお控え頂きますようお願い致します。**



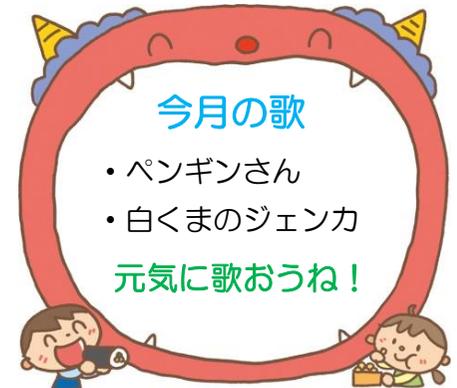
## 生活発表会について

- ・2月19日（土）生活発表会があります。
- 2月14日（月）に配布されるお手紙をしっかりと読んでいただき、時間などお間違えの無いようお願い致します。



## 今月の歌

- ・ペンギンさん
  - ・白くまのジェンカ
- 元気に歌おうね！





# 給食だより

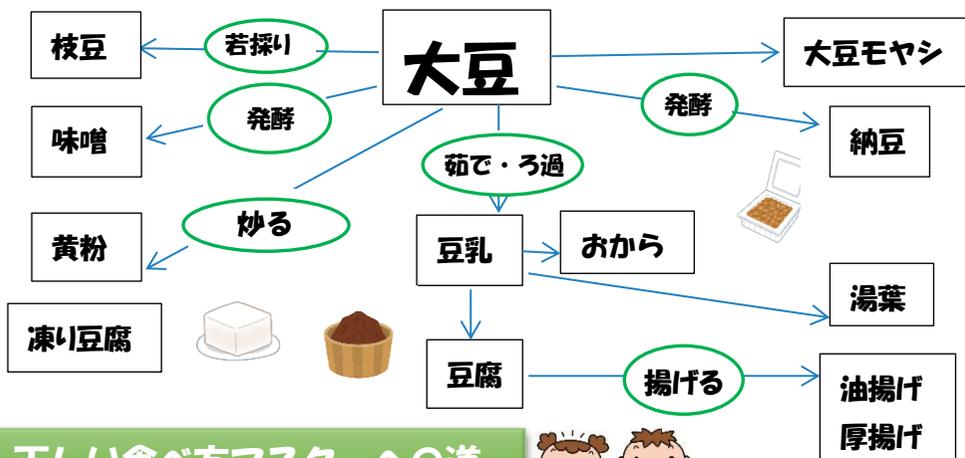
令和3年度  
依佐美清涼保育園

## 大豆から作られた食べ物



2月は節分の季節です。豆まきに用いられる大豆ですが、園の給食でもよく使われています。栄養豊富な大豆の加工品も数多くあります。

そこで今回は…大豆の加工品を紹介したいと思います。大豆の加工品を上手く活用して、食卓を豊かに出来たら良いですね。



## 正しい食べ方マスターへの道



正しい食べ方を知って、食べ方マスターになろう！

- ① **良い姿勢で** 背筋を真っ直ぐに伸ばして食事をするとお腹が圧縮されないのので食べ物の消化が良くなります。
- ② **主食とおかずは交互に** 交互に食べる事によって、栄養素をバランス良く摂る事が出来ます。
- ③ **よく噛んで食べましょう** 咀嚼をしっかりとすることで、消化吸収が良くなり顎の筋肉が発達して歯並びが良くなります。  
また、よく噛むことで食べすぎを防ぎ肥満防止になります。



## 1月の食育活動・新年会(紫陽花組)



お正月の雰囲気味わうため、和室でおせち料理をいただきました。まずは、おせちにはどんな食材が入っていてどんな意味が込められているかを勉強しました。それぞれに願いが込められていることに興味津々の子ども達でした。和室へ移動し用意されているおせちを見て、テンションが上がっている様子！「田作りちょっと苦い…」「くりきんとん一番美味しい！」などと会話をしながらおせちを味わっていました。また、お正月休みのエピソードを話したりと楽しい新年会になりました。



## 今月の予定

- 3日(木)節分会特別食
- 24日(木)誕生会特別食



## おすすめレシピ★鶏肉の塩麴炒

＜材料＞大人2人と子ども2人分

- ★鶏むね肉 180g
- ★塩こうじ 15g
- ★キャベツ 180g
- ★人参 55g
- ★小松菜 25g
- ★舞茸 15g

＜作り方＞

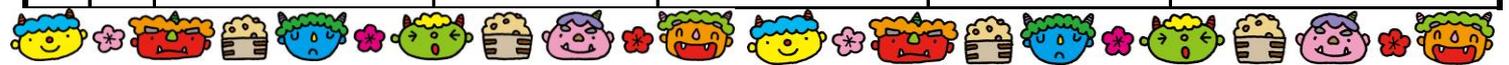
- ① 一口大に切った鶏むね肉に塩麴を加え、下味をつけておく。
- ② キャベツは色紙切り、人参は銀杏切り、小松菜と舞茸は2cm長さに切る。
- ③ 鍋で①を炒め、火が通ったら人参、キャベツ、小松菜、舞茸を加え、しんなりするまで炒めたら出来上がり！



2021年度

2月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力になる	緑: 調子をととのえる
1 ・ 15	火	ごはん 治部煮 里芋の胡麻和え	ピザトースト 牛乳	鶏むね・焼き豆腐 ベーコン・普通牛乳 プロセスチーズ	精白米・片栗粉 さといも・すりごま 食パン	だいこん・にんじん キャベツ・たまねぎ・青ピーマン トマトケチャップ 干しいたけ
2 ・ 16	水	食パン(2日: 人参ジャム) 鶏肉とじゃが芋のトマト煮 ヨーグルト	かりんとう 蜜柑 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト 大豆水煮缶詰	食パン・じゃがいも かりんとう・三温糖	にんじん・たまねぎ・青ピーマン トマトダイス缶詰・みかん トマトケチャップ・レモン汁
3	木	鬼カレー 小魚スナック コンソメスープ	恵方巻サンド 牛乳	合挽肉・大豆水煮缶詰 煮干し ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・食パン スナッククラッカー	たまねぎ・にんじん・キャベツ みかん缶詰・もも缶詰 青ピーマン・コーン缶詰粒 グリーンピース
4	金	ごはん 鮭の照り焼き 高野豆腐と南瓜の煮物	お麩ラスク 牛乳	さけ・凍り豆腐 普通牛乳	精白米・三温糖 焼き麩・有塩バター グラニュー糖	にんじん・さやいんげん 干しいたけ・くりかぼちゃ
5	土	ツナカレーピラフ チキンポトフ	黄粉サンド 牛乳	まぐろ水煮缶詰・鶏むね きな粉・調整豆乳 普通牛乳	精白米・じゃがいも 食パン・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン キャベツ・ブロッコリー
7 ・ 21	月	プルコギ丼 水菜のナムル	焼きそば 牛乳	ぶたもも・普通牛乳	精白米・三温糖 いりごま・ごま油 中華めん	たまねぎ・にんじん・にら きょうな・りよくとうもやし キャベツ・青ピーマン カットわかめ
8 ・ 28	火 ・ 月	ごはん 厚揚げの肉味噌掛け 白菜の塩昆布和え	みたらし五平餅 牛乳	生揚げ・豚ひき肉 豆みそ・普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉・もち米	だいこん・にんじん・たまねぎ 干しいたけ・はくさい・塩昆布 りよくとうもやし
9	水	ごはん 鯖のみぞれ煮 春菊の白和え	スナックパン 牛乳	さば・油揚げ 絹ごし豆腐・普通牛乳	精白米・三温糖 すりごま・スナックパン	だいこん・しゅんぎく 干しいたけ・にんじん ほしひじき
10 ・ 22	木 ・ 火	ロールパン 根菜のクリームシチュー ヨーグルト	せんべい 蜜柑 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト	ロールパン・さつまいも クリームシチューの素 せんべい	にんじん・れんこん・たまねぎ かぶ・かぶの葉・みかん せんべい
12 ・ 26	土	ちゃんぽん 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	ぶたもも・蒸しかまぼこ 調整豆乳・煮干し 普通牛乳	中華めん・食パン 三温糖	キャベツ・にんじん・たまねぎ コーン缶詰粒・バナナ いちごジャム
14	月	豚丼 干し柿の膾	フルーツヨーグルト 牛乳	ぶたもも・普通牛乳 プレーンヨーグルト	精白米・三温糖 しらたき	たまねぎ・にんじん・えのきたけ 切干大根・干し柿・きざみ昆布 みかん缶詰・もも缶詰・バナナ パインアップル缶詰
17	木	ごはん 鶏肉の塩麩炒め 薩摩芋の糸昆布煮	マカロニココア 牛乳	鶏むね 普通牛乳・きな粉	精白米・塩こうじ さつまいも 三温糖・マカロニ	キャベツ・にんじん・こまつな まいたけ・刻み昆布
18	金	ごはん 鮭の照り焼き 高野豆腐の含め煮	お麩ラスク 牛乳	さけ・凍り豆腐 普通牛乳	精白米・三温糖 焼き麩・有塩バター グラニュー糖	にんじん・さやいんげん 干しいたけ
24	木	ミートドリア ブロッコリーサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	ぶたひき肉・普通牛乳 プロセスチーズ まぐろ水煮缶詰・鶏卵 ホイップクリーム	精白米・有塩バター 薄力粉・無塩バター じゃがいも・マヨネーズ 三温糖・パン粉	たまねぎ・トマトケチャップ にんじん・ブロッコリー コーン缶詰粒
25	金	ごはん 鯖のみぞれ煮 豆腐の味噌汁	人参ケーキ 牛乳	さば・油揚げ・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳 豆みそ	精白米・三温糖 薄力粉・調合油	だいこん・にんじん・はくさい カットわかめ・根深ねぎ えのきたけ





# 保健だより 2月号



雪が積もる日もあるほど、今年の冬は寒い日が続きます。先月から新型コロナウイルス感染症が再び猛威をふるい始めました。今一度、マスクの着用・毎日の手洗い・うがい・手指の消毒を心がけましょう。さらに最近では胃腸風邪も流行りだしています。園では子ども達の体調管理に努めていますが、ご家庭でもお子さまはもちろん、家族の体調管理をお願い致します。



## ノロウイルスとロタウイルスの特徴と違い

	ノロウイルス	ロタウイルス
流行時期	11月～1月頃がピーク	2月～4月頃がピーク
感染しやすい年齢	すべての年齢層	生後半年～2歳を中心に乳幼児に多い
症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 嘔吐、下痢</li> <li>● 発熱はあまりない</li> <li>● 嘔吐は10回/日以上もある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 嘔吐、下痢、発熱</li> <li>● 酸味の発酵臭がある白色水様便</li> <li>● 38度以上の発熱が多い</li> <li>● 嘔吐は6回/日程度が多い</li> </ul>
予防	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手洗い</li> <li>● 次亜塩素酸系消毒液</li> <li>● ワクチンはない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手洗い</li> <li>● 次亜塩素酸系消毒液</li> <li>● ワクチンがある(生後2ヶ月～、2～3回接種)</li> </ul>

両者とも便や吐物から感染し、そのウイルスを吸い込んでも感染するほど強力です。便や吐物を処理する時は手袋やマスクを使用し、ペーパータオルなどで完全に取り除いてから次亜塩素酸ナトリウム（ハイター）で床などを消毒します。消毒後は使用したものはゴミ袋に入れ、必ず手洗いうがいを行ってください。



### ホクナリンテープについて

咳がある時にホクナリンテープを貼ってくる場合は、口頭またはノートで必ずご連絡ください。

ホクナリンテープは貼付薬です。なお、貼る時は手の届かない剥がれにくい部位をお願いします。



### 1月の欠席状況

- ・熱…13人
- ・体調不良…17人
- ・下痢嘔吐…15人

症状がある時は早めに受診しましょう。

