



暦の上では春となりましたが、まだ寒い日が続いています。子どもたちは冷たい風にも負けず、毎日元気に体を動かして遊んでいます。今月も遊びを通して「考える力」や「やってみたい気持ち」を大切にしながら、楽しく過ごしていきたいと思います。今月は生活発表会があります。子どもの演技等をお楽しみに！

|    |   |                            |
|----|---|----------------------------|
| 1  | 日 |                            |
| 2  | 月 |                            |
| 3  | 火 | 節分会                        |
| 4  | 水 | 生活発表会総合練習                  |
| 5  | 木 |                            |
| 6  | 金 |                            |
| 7  | 土 | 生活発表会                      |
| 8  | 日 |                            |
| 9  | 月 | 野菜の収穫（桜）                   |
| 10 | 火 | 野菜の収穫予備日                   |
| 11 | 水 | 建国記念の日                     |
| 12 | 木 | 体育教室（董・幼）                  |
| 13 | 金 | 交通安全教室（向日葵・紫陽花）<br>絵画教室（幼） |
| 14 | 土 |                            |
| 15 | 日 |                            |

|    |   |                        |
|----|---|------------------------|
| 16 | 月 |                        |
| 17 | 火 | 避難訓練                   |
| 18 | 水 | 長根台小学校訪問（紫陽花）          |
| 19 | 木 | 体育教室（董・幼）              |
| 20 | 金 | お誕生会・安全生活指導<br>絵画教室（幼） |
| 21 | 土 |                        |
| 22 | 日 |                        |
| 23 | 月 | 天皇誕生日                  |
| 24 | 火 |                        |
| 25 | 水 | 英語教室（董・幼）              |
| 26 | 木 |                        |
| 27 | 金 |                        |
| 28 | 土 |                        |



## 今月のねらい



### たんぽぽ組

- 見守られている安心感の中、自分でやりたいという意欲を満たす。
- 保育士の仲立ちの下、友だとのやり取りを楽しむ。

### 桃組

- 簡単な身の回りの事を自分でする。
- 友だちと関わりながら一緒に遊ぶ事を楽しむ。

### 董組

- 身の回りの事を自らやってみようとする気持ちを大切にする。
- ごっこ遊びや簡単なやり取り遊びの中で、友達や保育士との関わりを楽しむ。

### 桜組

- 生活や活動の見通しを持って意欲的に取り組もうとする。
- 友達とイメージを共有して遊ぶことを楽しむ。

### 向日葵組

- 集団生活の中で簡単な約束やルールを守ろうとする。
- ごっこ遊びや集団遊びの中で役割を持ち、関わりを深める。

### 紫陽花組

- 小学校での生活の仕方を知り、自分なりに遊びや生活など見通しを持って進める。
- 冬の自然現象に興味関心を持ち、友達と遊んだり観察したりする。

## 園からのお知らせ

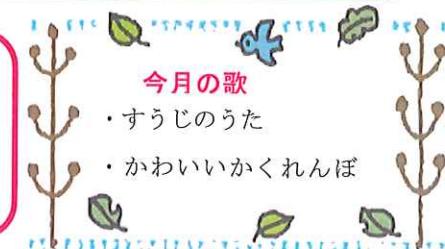
- 2月7日（土）は生活発表会を行います。詳細につきましては1月24日のきっずノートをご覧ください。
- 2月9日（月）に桜組が野菜の収穫に出かけます。詳細につきましては1月15日のきっずノートをご覧ください。
- 2月13日（金）にトヨタカローラ愛知の方々による交通安全教室を向日葵組・紫陽花組の子どもたちに行っていただきます。

## 園からのお願い

- 3月28日（土）に紫陽花組の卒園式を行います。詳細につきましては改めてのきっずノートでお知らせいたします。  
なお、職員参列のため給食有12時半降園にご協力ください。

## 今月の歌

- すうじのうた
- かわいいかくれんぼ



令和7年度 2月給食献立表



| 日             | 曜           | 昼食                            | 昼食の材料  | おやつ                            | おやつの材料                                |
|---------------|-------------|-------------------------------|--|--------------------------------|---------------------------------------|
| 2<br>・<br>16  | 月           | ごはん<br>厚揚げの酢豚風<br>法蓮草のおかか和え   | 精白米<br>厚揚げ 豚もも肉 人参 玉葱 干し椎茸 青ピーマン ケチャップ 出汁 三温糖 料理酒 酢 片栗粉 調合油<br>法蓮草 りょくとうもやし 人参 鰹節 醤油       | 焼きビビンバ風ごはん<br>牛乳               | 精白米 豚挽肉 醤油 三温糖 りょくとうもやし 人参 炒り胡麻<br>牛乳 |
| 3<br>・<br>17  | 火           | 鬼ごはん<br>かみなり汁                 | 精白米 豚挽肉 人参 玉葱 青ピーマン 水煮大豆 カレー粉 ウスターソース 醤油 えんどう豆 クラッカー<br>木綿豆腐 大根 人参 しめじ 根深ねぎ 出汁 醤油 胡麻油 塩    | 恵方巻サンド<br>牛乳                   | 食パン みかん缶詰 黄桃缶詰 ホイップクリーム<br>牛乳         |
| 4<br>・<br>18  | 水           | ごはん<br>豚肉のもやし炒め<br>薩摩芋の糸昆布煮   | 精白米<br>豚もも肉 りょくとうもやし 人参 垂 しめじ にんにく 生姜 醤油 料理酒 三温糖 胡麻油<br>薩摩芋 刻み昆布 醤油 三温糖 出汁                 | ピザトースト<br>牛乳                   | 食パン 玉葱 青ピーマン ウインナー ケチャップ ピザ用チーズ<br>牛乳 |
| 5<br>・<br>19  | 木           | ロールパン<br>ハヤシシチュー<br>ヨーグルト     | ロールパン<br>豚もも肉 じゃが芋 玉葱 人参 しめじ ブロッコリー ハヤシルウ<br>カルシウムヨーグルト                                    | せんべい<br>5日:蜜柑<br>19日:バナナ<br>牛乳 | ぱりんこ<br>みかん<br>バナナ<br>牛乳              |
| 6<br>・<br>27  | 金<br>・<br>木 | ごはん<br>鰯の味噌マヨ焼き<br>高野豆腐の含め煮   | 精白米<br>鰯 合わせ味噌 マヨネーズ<br>高野豆腐 人参 鞭隱元 干し椎茸 出汁 醤油 味醤 三温糖                                      | セサミトースト<br>牛乳                  | 食パン マーガリン すり胡麻 三温糖<br>牛乳              |
| 9<br>・<br>月   | 月           | カレーライス<br>マカロニサラダ             | 精白米 豚もも肉 じゃが芋 人参 玉葱 カレールウ<br>マカロニ キャベツ 人参 胡瓜 まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ                                 | フルーツポンチ<br>牛乳                  | みかん缶詰 黄桃缶詰 パインアップル缶詰 バナナ<br>牛乳        |
| 10<br>・<br>25 | 火<br>・<br>水 | すき煮丼<br>小松菜の納豆和え              | 精白米 豚もも肉 角麩 白菜 えのき 人参 根深ねぎ 春菊 醤油 三温糖 味醤 料理酒<br>小松菜 キャベツ 挽きわり納豆 鰹節 醤油                       | じゃが芋の田楽<br>牛乳                  | じゃが芋 片栗粉 赤味噌 味醤 三温糖<br>牛乳             |
| 12<br>・<br>木  | 木           | 食パン<br>鶏肉とじゃが芋のソテー<br>ヨーグルト   | 食パン<br>鶏むね肉 じゃが芋 人参 しめじ 玉葱 青ピーマン 塩 ブイヨン<br>カルシウムヨーグルト                                      | ビスケット<br>蜜柑<br>牛乳              | ミレービスケット<br>みかん<br>牛乳                 |
| 13<br>・<br>金  | 金           | ごはん<br>鮭のちゃんちゃん焼き<br>ひじきの中華和え | 精白米<br>鮭 キャベツ 玉葱 しめじ 人参 調合油 合わせ味噌 料理酒<br>干しひじき キャベツ 水菜 人参 まぐろ水煮缶詰 コーン缶詰粒 醤油 酢 三温糖 ごま油 すり胡麻 | お麩ラスク<br>牛乳                    | 焼きふ 有塩バター グラニュー糖<br>牛乳                |
| 14<br>・<br>28 | 土           | 高菜炒飯<br>若布スープ                 | 精白米 豚もも肉 人参 根深ねぎ 高菜漬け 干し椎茸 醤油 胡麻油<br>乾燥若布 木綿豆腐 青梗菜 人参 コーン缶詰 出汁 鶏がら 塩                       | ソフトせんべい<br>牛乳                  | ソフトせんべい<br>牛乳                         |
| 17<br>・<br>火  | 火           | 高野豆腐のそぼろ丼<br>豚汁               | 精白米 高野豆腐 鶏挽肉 干し椎茸 人参 鞭隱元 コーン缶詰粒 味醤 三温糖 醤油 料理酒 片栗粉<br>豚もも肉 白菜 人参 玉葱 えのき 根深ねぎ 出汁 赤味噌         | 人参ケーキ<br>牛乳                    | 薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 三温糖 調合油 牛乳 人参<br>牛乳  |
| 20<br>・<br>金  | 金           | ミートドリア<br>プロッコリーサラダ           | 精白米 豚挽肉 玉葱 ケチャップ ウスターソース 有塩バター 薄力粉 牛乳 ピザ用チーズ パン粉<br>じゃが芋 人参 ブロッコリー まぐろ水煮缶詰 コーン缶詰粒 マヨネーズ    | 誕生会ケーキ<br>(ブラウニー)<br>牛乳        | 薄力粉 無塩バター 鶏卵 ココア ホイップクリーム<br>牛乳       |
| 21<br>・<br>土  | 土           | ちゃんぽん<br>小魚スナック<br>パイン缶       | 干し中華麺 豚もも肉 キャベツ 玉葱 人参 蒸しかまぼこ コーン缶詰粒 豆乳 鶏がら出汁 醤油 料理酒 塩<br>味付けごまいりこ<br>パイン缶詰                 | ソフトあられ<br>牛乳                   | ソフトあられ<br>牛乳                          |
| 24<br>・<br>火  | 火           | 焼きうどん<br>小魚スナック<br>バナナ        | うどん 豚もも肉 人参 キャベツ 醤油 鰹節<br>味付けごまいりこ<br>バナナ  | お麩ラスク<br>牛乳                    | 焼きふ 有塩バター グラニュー糖<br>牛乳                |
| 26<br>・<br>木  | 木           | ごはん<br>カレー麻婆豆腐<br>切干大根と水菜のサラダ | 精白米<br>木綿豆腐 鶏挽肉 玉葱 葉ねぎ にんにく 生姜 調合油 料理酒 ウスターソース カレー粉 片栗粉<br>切干大根 人参 水菜 まぐろ水煮缶詰 醤油 酢 すり胡麻    | フルーツポンチ<br>牛乳                  | みかん缶詰 黄桃缶詰 パインアップル缶詰 バナナ<br>牛乳        |

# 2月ほけんだより

認定こども園 鳴子清涼保育園

寒いからといっておうちの窓を閉め切っていませんか？長い時間換気をしない室内はウイルスや二酸化炭素、ホコリで汚れてしまいます。寒くともこまめに換気を行い、空気の入れ替えを心掛けましょう。

## 咳 喘 息

風邪は治ったはずなのに咳だけがずっと続いている、なんてことありませんか？それは「咳喘息」という気道が過敏になる病気かもしれません。「咳喘息」には次のような特徴があります。

- ・夜間から早朝にかけて咳がひどくなる
- ・風邪やコロナなど呼吸器感染症にかかった後、咳だけが続いている
- ・寒暖差が激しい日に症状が悪化する
- ・市販の風邪薬や咳止め薬を服用しても効かない
- ・季節や天気によって症状の変化がある
- ・喘息のような息苦しさはない

咳喘息の正確な診断基準は「8週間以上咳が続いている」となっていますが、「咳喘息」を治療せずに放置してしまうと長期間の治療が必要な「喘息（気管支喘息）」に移行してしまう事もあります。3週間以上咳が続くようなら病院を受診しましょう。

## 室温管理・換気

部屋の中を温め過ぎると、空気が乾燥し、風邪やインフルエンザなど呼吸器感染症にかかりやすくなります。設定温度は18~20°Cを目安に、なるべく足元を中心に温め、上半身は温め過ぎないようにしましょう。また、1時間に1回は窓を開けて空気の入れ替えを行い、加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても、室内に洗濯物を干したり、コップ一杯の水を暖房器具の近くに置いたりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。

## ◆口タウイルス◆

冬から春先に大流行する感染性胃腸炎で、激しい嘔吐、白くて水っぽい下痢などの症状が出ます。水分を取りたがらない、おしっこの量が少ない、または半日以上出ていない、目の周りがくぼんでいるなどの症状が出た場合は、すぐに医師にかかりましょう。おもちゃの消毒（次亜塩素酸ナトリウム）や、おむつ替えの後の手洗いも、感染予防に効果的です。また、予防のためのワクチンもありますが、接種年齢に制限があるので注意してください。

