



はまっこだより



ごあいさつ

暦の上では春ですが、厳しい寒さが続きます。子どもたちは、ひんやりとした空気を肌で感じながら、白い息を吐いたり小さい体で季節を感じとったりして過ごしています。

寒さや乾燥が気になる季節です。感染症の対策に気を配りながら、元気に過ごしたいと思います。

お知らせ

コロナ禍を乗り切ろう!

新型コロナウイルスが猛威を奮い、県内全域においてかつてないほどの感染拡大を見せています。学校関係の休校に伴い、家庭での保育にご協力いただいていたところですが、まん延防止等重点措置が適用され市からも登園自粛の要請が出るなど、保護者の皆様には度々のお願いになります。

大切なお子さんを安全にお預かりするために保育園でも一層の感染対策に努めながら、園庭で鬼ごっこやかかけっこなどで体をしっかり動かし、丈夫な体作りに力を入れます。

また、さまざまな制限がある中でも、遊びを通して気持ちが発散できるような活動を取り入れていこうと思います。

当たり前の日常は、決して当たり前ではなく、平穏に日々が送れることのおりがたさをかみしめながら、子どもたちと共に過ごしていきます。

元気に鬼をやっつけよう!豆まき会

3日(木)の豆まき会に向けて、子どもたちは鬼の面を作りました。年齢ごとに工夫を凝らし、様々な鬼が出来上がっています。面をかぶって気分を出し、「鬼だぞ〜」と勇ましい声も聞こえてきます。

子どもたちと元気に豆まきが出来ることに感謝し、元気に豆をまいて、今年が良い年であるようにと願います。

記念写真を撮ります!

3月1日(火)に記念写真を全園児、職員で撮影します。きりん組は、この日に修了記念の写真も撮影します。全員揃って撮影できるように、ご協力をお願いします。なお、服装は自由です。

写真は後日玄関に掲示しますので、希望の方はご購入ください。

保育修了式について

3月12日(土)は保育修了式です。昨年度に引き続き在園児は参加せず、保護者と職員のみが出席します。

修了児を全職員で送りますので、この日は可能な限り、家庭での保育にご協力ください。よろしくお願いいたします。

2月の活動計画

日付	曜日	内容
1	火	
2	水	
3	木	豆まき会
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	
11	金	建国記念の日
12	土	
13	日	
14	月	誕生会
15	火	
16	水	
17	木	
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	天皇誕生日
24	木	体操教室
25	金	おべんとうの日
26	土	
27	日	
28	月	発育測定

3月の予定

1日(火) 修了・進級記念写真撮影日
2日(水)、9日(水) 英語であそぼう
4日(金) 誕生会 12日(土) 保育修了式
17日(木) 体操教室(こあら組)
25日(金) 発育測定
30日(水)、31日(木) 保育希望調査日

※状況により、予定を変更する場合があります。

社会福祉法人 外園福祉会 外園保育園

〒693-0042 島根県出雲市外園町 204-1

http://sotozono-h.or.jp/

TEL.0853-28-0237 FAX.0853-28-0244

2月の献立表

※献立は変更する場合があります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
 <p>1 ごはん 鯖の西京焼き 大豆の磯煮 酢の物 もやしのみそ汁 じゃがまる</p>	<p>2 野菜たっぷりラーメン 小魚マリネ 花野菜サラダ 金時豆煮 梅みそおにぎり</p>	<p>3 おにっこごはん 鶏肉のから揚げ けんちん汁 おにっこケーキ 牛乳 </p>	<p>4 ごはん 鮭の塩麹焼き ふるふき大根肉みそ 高菜のナムル なめこのみそ汁 きな粉トースト 牛乳</p>	<p>5 おやつ</p>	
<p>7 ごはん とんちゃん焼き ポテトサラダ ほうれん草のみそ汁 さつまいもパイ</p>	<p>8 パン かぼちゃグラタン 鮭と大豆のサラダ 冬野菜スープ 五平もち</p>	<p>9 きつねうどん たまご焼き 小松菜サラダ 切干大根のソース炒め お米のスープ</p>	<p>10 ごはん おでん 鶏肉の梅マヨ焼き ブロッコリーのごま酢和え チーズホットケーキ 牛乳</p>	<p>11 建国記念の日</p>	<p>12 おやつ</p>
<p>14 カレーライス フルーツヨーグルト 白菜サラダ 切干大根の煮物 麩ラスク 牛乳</p>	<p>15 ごはん 鯖のみそ煮 大徳寺なます さつまいもこんぶ 大根のみそ汁 フレンチトースト 牛乳</p>	<p>16 ミートスパゲティ ジャーマンポテト 野菜の中華風 豆乳スープ チーこぶおにぎり</p>	<p>17 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 白和え いもいもみそ汁 焼きそば</p>	<p>18 ごはん おからナゲット かぶサラダ 梅人参 白菜のみそ汁 玄米フレーク 牛乳</p>	<p>19 おやつ</p>
<p>21 ごはん ぎょろっけ あらめ煮 ナムル 麩のみそ汁 お好み焼き</p>	<p>22 パン タンドリーチキン おからサラダ 大根のチーズ焼き コーンスープ ふきのとうみそおにぎり</p>	<p>23 天皇誕生日</p>	<p>24 ごはん 赤魚の梅煮 ごまネーズ和え れんこんおからバター わかめのみそ汁 大学芋</p>	<p>25 おべんとうの日 じゃこトースト 牛乳 </p>	<p>26 おやつ </p>
<p>28 そぼろ丼 納豆サラダ 酢こぼろ かぶのみそ汁 黒ごまマフィン 牛乳</p>	<p>きりんさんは保育園で給食を食べるのも残りわずかになりました。2~3月は、きりんさんのリクエスト献立を入れました。赤い下線がリクエスト献立です。</p>				



~大豆を食べましょう!~

2月3日は節分です。この日は豆まきをして、年の数ほど豆を食べると、1年元気に過ごせるといわれています。
昔から体に良いといわれている大豆は、たんぱく質が豊富で、食物繊維や鉄分、カルシウムも多く含まれます。
水煮のものを使えば手軽に食べられます。また、大豆は様々な食品の原料にもなっているので、いろいろな料理に取り入れてみるとういのですね。

大豆からできている食品

- 豆腐
 - 油揚げ
 - 納豆
 - きなこ
 - おから
 - しょうゆ
 - みそ
- 
- 