



ごあいさつ

木枯らしが乾いた冷たい空気を運んで、時折吐息が白く感じる季節を迎えました。子どもたちも何かしら気忙しく師走の訪れを感じているようです。

この4月から年齢に応じた様々な取り組みを行い、それぞれにとっても大きく、たくましく成長した1年となりました。新年を迎えるにあたり就学や進級に向けて、有意義なラストパートが切れるよう暖かい声援や激励を送りたいと思います。

12月の活動計画

日付	曜日	内容
1	木	発育測定
2	金	おべんとうの日
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	
7	水	英語であそぼう
8	木	体操教室 (きりん・ジョイナス)
9	金	誕生会
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	
15	木	体操教室 (こあら・ジョイナス)
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	
21	水	クリスマス英語
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	希望保育日 (弁当日)
29	木	希望保育日 (弁当日)
30	金	休園 (~1/3(火)まで)
31	土	

トピックス

~大切な友達~

テーマ

…思いやりのあるやさしい心に育つ子どもを目指して

長浜地区全体で
人権・同和教育に
取り組んでいます!



今年度、年長児はたくさん体験活動を通してお互いを認め合える仲間作りをしてきました。植物や小動物の世話を通して命の大切さを感じたり、行事や山登りを通して気持ちが一つになる経験をしたりすることで、相手を思いやる気持ちが育っています。今回の長浜地区の取り組みに準じて、子どもたちと“みんなの木”“心の木”を育てることにしました。たくさん心の花を咲かせることで“あったかい気持ち”“うれしい気持ち”を感じられるように心の色、大切な友達について日々話し合いをしています。

お知らせ

コロナ禍におけるインフルエンザ対策について

この冬は、新型コロナウイルス感染と季節性インフルエンザの流行が心配されています。そこで、以下の感染対策を参考にして感染予防に努めましょう。

- ①毎日体温を測るなど、自己管理の徹底に努めましょう
- ②適切な手洗い(手指消毒)、うがい、マスクの着用を心掛けましょう
- ③室温管理や換気を心掛けましょう
- ④十分な睡眠や運動、適切な食生活を心掛けましょう
- ⑤兆候を感じたら、早めの医療受診に努めましょう

令和5年度 保育所入所申込について

必要な書類を揃え、園に提出をお願いします。提出期限は12月14日(水)ですが、できるだけ早い提出にご協力をお願いします。

なお、**書類は個人情報の関係上、職員に手渡ししてください。**

提出前に記入漏れがないか、確認をお願いします。

(ふりがな、勤務先や学校名、就労証明書上段の園児名など)

希望保育日について

28日(水)、29日(木)、1月4日(水)は希望保育日です。すでに希望を取らせていただきましたが、保護者の方の仕事が休みになるなど、家庭での保育が可能になった場合はお知らせください。

1月の予定

4日(水)希望保育日(弁当日) 6日(金)発育測定
11日(水)英語であそぼう
12日(木)、26日(木)体操教室
13日(金)みそ作り(弁当日)
21日(土)お久しぶりねの会(きりん)
24日(火)誕生会 ※きりん個人懇談(希望者のみ)
(状況により、予定を変更することがあります)

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/  そとこの保育園

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

12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
			1 ごはん 鯖のカレー天ぷら れんこんとかぶのサラダ 梅人参 さつまいものみそ汁 ウイナーパンケーキ 牛乳	2 おべんとうの日 いもけんぴ	3 おやつ
5 ごはん 鶏肉の中華焼き 大豆とひじきのサラダ ブロッコリーのおかか和え 麩のみそ汁 あべかわマカロニ 牛乳	6 パン とうふグラタン 小松菜サラダ 根菜スープ お米のスープ	7 野菜たっぷりラーメン 小魚マリネ さつまいも煮 かぶサラダ とりそぼろおにぎり	8 ごはん 豚肉のすき焼き風煮 酢の物 たまごのみそ汁 さつまいもパイ 牛乳	9 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 大根煮しめ いもいもみそ汁 黒ごまマフィン 牛乳	10 おやつ
12 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 パンプティング	13 ごはん 鯖のみそ煮 れんこんきんぴら かぶの甘酢和え 豆腐のすまし汁 さつまいも天ぷら	14 きつねうどん 五目豆 梅磯和え ひじきとツナおにぎり	15 ごはん 鮭のゆず焼き 里芋の煮ころがし 野菜の中華風 白菜のみそ汁 ガーリックトースト 牛乳	16 ごはん おでん 鶏肉の梅マヨ焼き カリフラワーのマリネ あんまん 牛乳	17 おやつ
19 ごはん とんちゃん焼き 納豆サラダ 大根のみそ汁 チーズホットケーキ 牛乳	20 ごはん 鯖の西京焼き あらめ煮 かぶの梅和え ほうれん草のみそ汁 じゃがまる	21 クリスマス献立 雪だるまパン  鶏のから揚げ  キッシュ  ポテトサラダ  コーンスープ  ヨーグルト  クッキー 	22 冬至 とうふごはん 野菜たっぷりつくね 大根のゆず和え かぼちゃ煮 ナポリタン	23 ごはん 赤魚の梅煮 ごぼうサラダ 高菜の炒め煮 かぶのみそ汁 やきいも 牛乳	24 おやつ
26 ごはん 手羽元と大根煮 ごまネーズ和え もやしのみそ汁 バナナドーナツ 牛乳	27 親子丼 鮭と大豆のサラダ さつまいもこんぶ ジャムサンド 牛乳	28 保育希望調査日 (弁当日)	29 保育希望調査日 (弁当日)	30 休園	31 休園



《冬至 12月22日》

1年で最も昼が短く、夜が長い日が冬至です。

冬至では「ん」がつく食べ物を食べると運氣が上がるといわれています。「ん」が2つつく**なんきん**(かぼちゃ)を食べたり、香りの強い**ゆず**をお風呂に入れて邪気を払い、無病息災を願います。

保育園でもかぼちゃやゆずを使った献立を予定していますよ!



ゆずを使ったレシピ

《鮭のゆず焼き》
・塩鮭
・ゆずの皮、果汁…好みの量で
・いりごま…適量



- ①ゆずの皮を薄くむき、刻んでおく。
- ②鮭にゆず果汁をかけ、ゆずの皮、ごまをふりかける。
- ③鮭をオープンやグリルで焼く。