



はまっこだより



ごあいさつ

寒さが厳しい毎日が続いています。そんな中、子どもたちは自然体験や散歩に出かけた先で、見事に咲く椿や山茶花を見つけ「きれいだね」と眩くなど、少しずつ春の足音を感じているようです。

空気の乾燥に伴い、感染症が心配される季節ですが、子どもたちの体調管理に努めながら、過ごしていきたいと思えます。

お知らせ

元気に豆まき「鬼は外!」～豆まき会

3日(金)は、節分です。保育園では、豆まき会を計画しています。鬼が退散するように、みんなで元気に豆をまきたいと思えます。

各クラスでは鬼のお面を作ったり、豆まきごっこをしたりと準備万端。大きいクラスの子どもは、「絶対、退治する!」と、意気盛んです。子どもたちに病気や災いが降りかからないよう、また、なかなか収まらないコロナも追い払えることを願っています。

入学・進級を控えて

あと2か月もすると、入学、進級を迎える子どもたち。学年末の、まとめの時期を迎えます。小さいクラスは元気に遊び、しっかり食べて眠るなど生活リズムが整っているか、大きいクラスは身の回りなこと(衣服の着脱、荷物の管理など)や、食事のマナー(箸や食器の持ち方、椅子に座る姿勢など)が身についているかをご家庭でも意識してみてください。



また、リュックを背負う、車を降りたら自分で歩いて来るなど、日々の生活からできることをしてみるといいですね。

修了進級記念撮影について

10日(金)に、写真を全園児、職員で撮影します。(予備日は16日(木)です)また、きりん組は修了記念に、クラス写真の撮影も行います。全員が揃って撮影できるよう、ご協力をお願いします。なお、服装は自由です。

後日、玄関に写真を掲示しますので、ご希望の方は購入してください。

保育修了式について

3月11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。よろしくをお願いします。

2月の活動計画

日付	曜日	内容
1	水	英語であそぼう 発育測定 げんきもりもりチャレンジ週間
2	木	
3	金	豆まき会・節分献立
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	
8	水	
9	木	体操教室(きりん・ジョイナス) おべんとうの日
10	金	修了進級記念写真撮影
11	土	建国記念の日
12	日	
13	月	
14	火	誕生会
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	保護者総会
19	日	
20	月	
21	火	体操教室(こあら・ジョイナス)
22	水	
23	木	天皇誕生日
24	金	
25	土	長浜3園人権同和保護者講演会
26	日	
27	月	
28	火	

3月の予定

- 1日(水)英語であそぼう 発育測定
 - 2日(木)、16日(木)体操教室
 - 3日(金)誕生会
 - 11日(土)保育修了式
 - 30日(木)希望保育日(弁当日)
 - 31日(金)次年度保育準備(休園)
- (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/

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
		1 <u>肉うどん</u> 五目豆 花野菜サラダ 黒米こんぶおにぎり	2 ごはん 鮭のホイル焼き ポテトサラダ かぶのみそ汁 シュガートースト 牛乳	3 節分献立 おにっこごはん <u>鶏のから揚げ</u> けんちん汁 おにっこケーキ 牛乳 	4 おやつ
6 ごはん 松風焼き ブロッコリーときのこソテー かぶ梅和え 白菜のみそ汁 かぼちゃのガレット 牛乳	7 パン タンドリーチキン ナムル れんこんおかかバター <u>コーンスープ</u> お米のスープ	8 納豆スパゲティ キッシュ カリフラワーのマリネ 根菜スープ <u>鮭おにぎり</u>	9 おべんとうの日 じゃがまる	10 ごはん 鯖の西京焼き なます 高菜の炒め煮 いもいもみそ汁 <u>あんまん</u> 牛乳	11 建国記念の日
13 <u>カレーライス</u> フルーツヨーグルト 白菜サラダ 大豆の磯煮 ウインナーパンケーキ 牛乳	14 ごはん 鯖のごまみそ焼き 梅磯和え 切干大根煮 もやしのみそ汁 納豆トースト 牛乳	15 野菜たっぷりラーメン とりじゃが 大根サラダ <u>ふきのとうみそ</u> おにぎり	16 ごはん 赤魚と白ネギの煮つけ 白菜の煮びたし ごぼうサラダ たまごのみそ汁 いもけんぴ	17 ごはん 鶏肉の梅マヨ焼き おでん こんブロッコリー パンディング 牛乳	18 保護者総会
20 ごはん 鮭の香味焼き あらめ煮 野菜の中華風 なめこのみそ汁 さつまいもパイ 牛乳	21 パン <u>煮込みハンバーグ</u> 大豆とひじきのサラダ さつまバター 小松菜スープ 中華おこわ	22 豚汁うどん 小魚マリネ 小松菜サラダ 切干大根ソース炒め <u>ぎょうざピザ</u> 牛乳	23 天皇誕生日	24 わかめごはん おからナゲット あすっこサラダ <u>梅人参</u> 麩のみそ汁 バナナマフィン 牛乳	25 おやつ
27 <u>とうふごはん</u> 野菜たっぷりつくね ブロッコリー酢みそ和え かぼちゃ煮 じゃこおやき	28 ごはん 揚げ魚のネギソース 納豆サラダ 切干大根のみそ汁 ヨーグルト バナナ	きりん組は保育園で給食を食べるのも残りわずかです。 2月、3月はきりん組のリクエスト献立(赤い下線)や、 よく食べていた献立を多く取り入れました！ 			

1年で一番寒い季節

節分が過ぎると暦の上では春を迎えますが、1年で一番寒い季節になります。
かぜなどの感染予防のためにも、手洗い、うがい、バランスの良い食事、十分な睡眠を心がけましょう。



バランスよく食べよう!

- ごはん・パン・めん・いも類
……エネルギーになる食べ物
- 肉・魚・卵・大豆・乳製品
……体をつくる食べ物
- 野菜・果物・海藻類
……体の調子を整える食べ物

