

# はまっこだより



## ごあいさつ

暦の上ではもう春を迎えますが、寒さは一段と厳しい毎日です。そんな中でも、元気に外へと飛び出していく子ども達のパワーに、圧倒されています。

今年度も残すところあと2か月となりました。就学や進級を見据えながら、クラスや個々のめあてに向かっていけるように支えていきたいと思ひます。

## お知らせ



### 雪遊びについて

こあら組が琴引フォレストパークに出かけて、雪遊びをします。広いスキー場で思いきり、冬ならではの遊びを経験させたいと思ひます。初めてスキー場に出かける子どももたくさんおり、今から心待ちにしているようです。

お昼は、食堂でカレーを食べます。友達と食堂で食べるのも、特別感があり楽しみですね。みんな元気に参加できますように!



### 豆まき会



2日(金)は、豆まき会です。今年も、保育園に鬼がやって来ます。(保護者会役員の方に、お願いしています)子ども達にとっては、ちょっとドキドキする1日になりそうです。

無病息災を願い、元気に「鬼は外!」の声を響かせながら豆をまいて、鬼を追い払いたいと思ひます。

### 保護者総会・親子ふれあい活動について

今回は保護者総会に合わせて、親子ふれあい活動を計画しています。親子での活動の他、クラスの様子や就学・進級に向けての話をお伝えします。お子さんの成長を共に喜び合い、次年度へ向けての目標が持てるような機会となりますように。

### 修了進級記念写真撮影について

14日(水)に、写真を全園児、職員で撮影します。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16日(土)は修了式です。修了児を全職員で送りますので家庭保育にご協力ください。よろしくお祈りします。

## 2月の活動計画

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

### 3月の予定

- 7日(木) 体操教室
- 16日(土) 保育修了式
- 1日(金) 英語であそぼう 発育測定
- 28日(木) 希望保育日(弁当日)
- 4日(月) 誕生会
- 29日(金) 次年度保育準備(休園)
- 30日(土) 希望保育日(弁当日)

※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

<https://sotozono-h.or.jp/> そとこの保育園

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>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<u>きりん組のリクエスト献立(赤い下線)</u>を取り入れています！</p>			<p>1 ごはん <u>鮭の照り焼き</u> なます 高菜の炒め煮 麩のみそ汁 <u>くるくるパイ</u> 牛乳</p>	<p>2 <b>節分献立</b> おにっこごはん 鶏のから揚げ けんちん汁 おにっこケーキ 牛乳</p> 	<p>3 おやつ</p>
<p>5 カレーライス フルーツヨーグルト かぶサラダ 大豆の磯煮 玄米フレーク 牛乳</p>	<p>6  <b>おべんとうの日 (みそ作り)</b> ヨーグルト ビスケット</p>	<p>7 パン マカロニグラタン <u>ごぼうサラダ</u> 野菜スープ 鮭おにぎり</p>	<p>8 ごはん 鯖の西京焼き ナムル きんぴらごぼう かぶのみそ汁 焼きそば</p>	<p>9 ごはん <u>鶏の梅マヨ焼き</u> おでん こんブロッコリー フレンチトースト 牛乳</p>	<p>10 おやつ</p>
<p>12 <b>建国記念日 振替休日</b></p>	<p>13 ごはん 鮭のあつさり焼き 大豆とひじきのサラダ 白菜の煮びたし なめこのみそ汁 <u>じゃこおやき</u></p>	<p>14 <u>ミートスパゲティー</u> 大根のチーズ焼き 花野菜サラダ 根菜スープ <u>おかかおにぎり</u></p>	<p>15 ごはん <u>鯖のみそ煮</u> 梅磯和え 酢ごぼう さつまいものみそ汁 <u>バナナドーナッツ</u> 牛乳</p>	<p>16 ごはん <u>野菜たっぷりつくね</u> れんこんサラダ あらめ煮 白菜のみそ汁 <u>ハムチーズサンド</u> 牛乳</p>	<p>17 <b>保護者総会 親子ふれあい活動</b></p>
<p>19 ごはん <u>とんちゃん焼き</u> 納豆サラダ のっぺい汁 チーズホットケーキ 牛乳</p>	<p>20 パン 鶏肉とブロッコリーの オーロラ焼き 小松菜サラダ <u>シチュー</u> お米のスープ</p>	<p>21 <u>肉うどん</u> 厚揚げの根菜煮 白菜サラダ ふきのとうみそ おにぎり</p>	<p>22 ごはん 揚げ魚のネギソース <u>コロコロサラダ</u> ほうれん草のみそ汁 さつまいもパイ 牛乳</p>	<p>23 <b>天皇誕生日</b></p>	<p>24 おやつ</p>
<p>26 ごはん <u>鶏肉のカレー焼き</u> 大根サラダ 小松菜のおかか和え もやしのみそ汁 黒ごまマフィン 牛乳</p>	<p>27 ごはん 鮭のホイル焼き 白和え <u>わかめのみそ汁</u> <u>いもけんぴ</u></p>	<p>28 <u>野菜たっぷりラーメン</u> 五目豆 <u>ブロッコリーと</u> <u>ちくわの酢みそ和え</u> <u>チーこぶおにぎり</u></p>	<p>29 ごはん 高野豆腐の五目煮 ごまネズ和え 船場汁 <u>ジャムサンド</u> 牛乳</p>		

## 『大豆を食べよう!』

2月3日は節分です。

保育園でも2月2日に節分献立を予定しています。  
昔から体に良いとされている大豆は、たんぱく質が豊富で食物繊維やカルシウムが多く含まれています。  
また、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良いですね。

## 大豆からできている食品

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

