



あけましておめでとう ごぞいます

2017年の幕開けです！
今年の干支は、10番目にやってきた幸福の動物“酉(とり)”です。皆さまのもとにたくさんの福がやってきて、素敵な良い年でありますように…
『あけましておめでとうございます』と新年のご挨拶を嬉しそうにして元気に登園してきた子ども達。お休み中に出かけた場所や会った人、もらったプレゼントなど、楽しかったお話をいっぱいしてくれました。お正月ならではの様々な経験を通して、一段と成長を感じることができました。今月も生活習慣を整え、正月遊びを楽しみながら元気に乗り切れたらと願っております。今年もよろしくお願いたします。

1月の予定

- 4日(水) 神社参拝
容儀調べ
英語で遊ぼう
- 5日(木) 音楽で遊ぼう
- 7日(土) どんとや
避難・消火訓練
- 11日(水) 英語で遊ぼう
- 14日(土) 安全点検
- 18日(水) 英語で遊ぼう
- 19日(木) 音楽であそぼう
- 20日(金) 身体測定
- 23日(月) 交通安全指導
- 25日(水) 英語で遊ぼう
- 27日(金) お正月遊び大会
- 28日(土) お誕生会



- 冬の自然(雪・霜・氷)を見たり、それらに触れたりして遊ぶ
- 正月遊びを通して、日本古来の遊びを十分に楽しむ
- 衣服の調整や手洗い、うがいの習慣をつけ、寒い冬を元気に過ごす
- 文字や数、言葉に興味、関心を持つ
- 友だちと考えを出し合いながら、自分たちで遊びを進めることを楽しむ

冬場に多いおう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア

× 牛乳

子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

× ジュース

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る



おたんじょうびおめでとう



七草がゆ

いわれ…正月7日の朝に、無病息災を願って7種類の野菜を粥に入れてたべます。もとは中国の風習で、春の七草を粥に煮込んで神に供えたとともに家族で食べ、万病・邪気を払うために行われた行事でした。

効能…お正月のごちそうで胃腸に負担がかかっている体には、格好の食事といえるでしょう。七草の葉菜には、ビタミンA、B、C、そしてカルシウムなどミネラルが豊富です。



日	曜	献立名	間食名	未満児おやつ
4	水	ポークカレー フレンチサラダ フルーツ	ぜんざい	黄粉せんべい
5	木	松風焼き ポテトサラダ	うどんかりんとう	ハーベスト
6	金	七草汁 鮭フレーク フルーツ		丸ポーロ
7	土	土曜日メニュー	甘納豆蒸しパン	フルーツ
10	火	肉団子と白菜のスープ きんぴらごぼう フルーツ	果物	ギンビスアスパラ
11	水	魚の蒲焼き マゼドアンサラダ ミトマト	ヨーグルトスコーン	スティック野菜
12	木	大豆とひじきの炒め煮 ミトマト あつさりスープ ブロッコリー	フレンチトースト	トースト
13	金	すき焼き風煮 ゆで卵 フルーツ	ホットケーキ	ウインナー
14	土	土曜日メニュー		キャンディチーズ
16	月	味噌チチュー フルーツ 胡瓜かりかり	黄粉クッキー	白い風船
17	火	おでん風煮 華風胡瓜	果物	せんべい
18	水	オランダ揚げ 野菜の胡麻和え	甘辛団子	ビスコ
19	木	筑前煮 豆腐の味噌汁 フルーツ	ざっくりヨーグルト	マリー
20	金	中華胡麻和え 焼きししゃも フルーツ	ジャムサンド	ミニゼリー
21	土	土曜日メニュー		小魚せんべい
23	月	つみれ汁 小松菜の納豆和え フルーツ	ラスク	バナナ
24	火	魚のタルソース添え 伴三条 ミトマト	果物	ビスケット
25	水	麻婆豆腐 胡瓜とリンゴのおろし合え	ヨーグルト	ミニサラダ
26	木	豆腐ハンバーグ フルーツ 人参グラッセ ブロッコリー	おかし	スティックパン
27	金	肉じゃが パラエティサラダ		ふかし芋
28	土	お誕生会メニュー	スイートポテト	ココナッツサブレ
30	月	栄養すいとん フルーツ フリムと鯉節の佃煮	もち	ぼたぼた焼き
31	火	魚の竜田揚げ 野菜ソテー ミトマト	乳菓	フルーツ

