# 12月の献立表

| 日 | 曜 | | おやつ 午前(未満児) | おやつ 午後(全員) |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | 鮭のみそ焼き・小松菜と厚揚げのおかか煮・揚げかぼちゃ・むらくも汁 | 麦茶<br>チーズ | ミルク<br>りんご |
| 2 | 水 | 肉団子のケチャップ煮・せんきゃべつ・トマト・五目野菜みそ汁 | 麦茶<br>せんべい | 牛乳<br>お菓子 |
| 3 | 木 | ビビンバ・大根とツナのサラダ・さつま芋のきんぴら・玉ねぎとわかめのスープ | カルピス<br>クラッカー | ミルク<br>フルーツゼリー |
| 4 | 金 | 筑前煮・白菜の塩昆布和え・チーズ・大根と油あげのみそ汁 | 麦茶<br>ビスケット | ミルク<br>ちんすこうショコラ |
| 5 | 土 | クリームシチュー・果物・ふりかけ・牛乳 | 麦茶<br>クッキー | りんごジュース<br>お菓子 |
| 7 | 月 | お好み焼き風卵焼き・大根のひき菜炒り・コーンボール・わかめと豆腐のみそ汁 | りんごジュース<br>せんべい | ミルク<br>ミニクロワッサン |
| 8 | 火 | ☆愛情弁当日☆　白菜と人参のみそ汁・りんご | 麦茶<br>チーズ | 牛乳<br>おまんじゅう |
| 9 | 水 | 大豆入りチキンカレー・かに風味サラダ・みかん・福神づけ | 牛乳<br>ビスケット | りんごジュース<br>お菓子 |
| 10 | 木 | ししゃものから揚げ・シルバーサラダ・トマト・小松菜と油揚げのみそ汁 | カルピス<br>クラッカー | ミルク<br>卵サンド |
| 11 | 金 | ☆誕生会☆<br>きらきらスパゲティー・ほうれん草とコーンのソテー・ウインナー・水菜とえのきのかき卵汁 | 麦茶<br>せんべい | ミルク<br>シュークリーム |
| 12 | 土 | ハヤシシチュー・果物・ふりかけ・牛乳 | 麦茶<br>クッキー | りんごジュース<br>お菓子 |
| 14 | 月 | 春雨と肉団子の中華スープ煮・高野豆腐のふわふわ煮・グレープフルーツ・乳酸飲料 | 牛乳<br>ビスケット | 緑茶<br>わかめおにぎり |
| 15 | 火 | ポークビーンズ・カリフラワーのカレーチーズ焼き・甘酢きゃべつ・わかめと長ねぎのみそ汁 | 麦茶<br>チーズ | ミルク<br>きな粉揚げパン |
| 16 | 水 | 鶏肉のマーマレード焼き・キャロットサラダ・ブロッコリー・野菜スープ | 麦茶<br>せんべい | 牛乳<br>クリスマスロール |
| 17 | 木 | かじきマグロの揚げ煮・れんこんのサラダ・レタス・りんご・なめこと豆腐のみそ汁 | カルピス<br>クラッカー | ミルク<br>お菓子 |
| 18 | 金 | 松風焼き・春雨の中華サラダ・トマト・ほうれん草としめじのみそ汁 | りんごジュース<br>せんべい | ミルク<br>黒糖むしぱん |
| 19 | 土 | コロッケ・せんきゃべつ・かき卵汁 | 麦茶<br>クッキー | りんごジュース<br>お菓子 |
| 21 | 月 | すき焼き風煮・マカロニサラダ・おかか納豆・バナナ | りんごジュース<br>せんべい | ミルク<br>かぼちゃプリン |
| 22 | 火 | 白身魚のあけぼの焼き・ほうれん草のサラダ・のりしおポテト・もやしと人参のみそ汁 | 麦茶<br>チーズ | ココア<br>お菓子 |
| 23 | 水 | 酢豚・ゆで卵・ブロッコリー・白菜と油揚げのみそ汁 | 麦茶<br>せんべい | ミルク<br>ふかし芋 |
| 24 | 木 | かぼちゃのクリームシチュー・ひじきとコーンのサラダ・オレンジ・ふりかけ | 牛乳<br>ビスケット | カルピス<br>ツリークッキー |
| 25 | 金 | チキン南蛮・せんきゃべつ・トマト・わかめスープ | カルピス<br>クラッカー | 牛乳<br>カップケーキ |
| 26 | 土 | ポークカレー・福神づけ・果物 | 麦茶<br>クッキー | りんごジュース<br>お菓子 |
| 28 | 月 | 親子煮・たくあん・ほうれん草のおかかあえ・長ねぎと油揚げのみそ汁 | りんごジュース<br>せんべい | ミルク<br>お菓子 |

※今月の旬の食材は，春菊・大根・ゆず・ブリ・カキです。

★ お誕生会の日は主食も出ますので白ご飯はいりません。
おはし・口拭きタオル・ランチマットを持たせて下さい。

★ 献立：・きらきらスパゲティー・ほうれん草とコーンのソテー・ウインナー
・水菜とえのきのかき卵汁

**今後の行事予定**

1月23日(土)　保育発表会(第二)
2月 6日(土)　保育発表会(玉保)
1月 6日(水)　1月生まれ誕生会

**PTA関係予定**


社会福祉法人　照桑福祉会
幼保連携型認定こども園
＜玉里保育園＞
〒311-3434　小美玉市田木谷1068-1
TEL.0299-58-4968

＜玉里第二保育園＞
〒311-3436　小美玉市上玉里1126-1
TEL.0299-58-2643


# 保育園だより Smilekids

令和2年度 12月号

玉里保育園　玉里第二保育園　と　保護者の皆さん　をつなぐ情報紙

ポインセチアが赤く色づき，カレンダーも残り一枚，季節はだんだんと冬の気配になってきました。今年はコロナ感染症が猛威を振るい，普段の生活も行事等も，いつもの年のようにはいきませんでしたが，子ども達は寒さに負けず元気いっぱい園生活を楽しんでいます。保護者の皆様には，いろいろとご理解・ご協力をいただき，本当にありがとうございました。

## 今月の行事予定

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 フリー参観 ちょうちょ組 | 2 お作法 | 3 フリー参観 ゆり・ひよこ組 ABC day | 4 総合避難訓練 | 5 |
| 6 | 7 わんぱく(玉保) 発表会実行委員会 | 8 成道会 愛情弁当日 | 9 もちつき大会 | 10 笠間焼 年長組 ABC day | 11 誕生会 | 12 |
| 13 | 14 | 15 アクティビティ(玉保) | 16 クリスマス会 | 17 ABC day | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 わんぱく(第二) | 25 終業式 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

# 保育園だより Smilekids

お外へピクニック

お芋焼けるかな

ハッピーハロウィン

ミノムシ作ったよ

防火キャンペーン

稚児の儀

お芋ほりごっこ

## 12月生まれのお友だち

Happy Birthday

12月11日（金）

| | | |
|---|---|---|
| ふ　じ組 | 長谷川 | みれい　ちゃん |
| たんぽぽ組 | 小松崎 | はやと　くん |
| | 小野瀬 | めい　ちゃん |
| | 渡　辺 | さな　ちゃん |
| | 菅　谷 | みおり　ちゃん |
| り　す組 | 中　根 | あいか　ちゃん |
| | 西　井 | あきと　くん |
| すずらん組 | 馬　場 | こうた　くん |
| | 藤　田 | さくと　くん |
| すみれ組 | 木名瀬 | かける　くん |
| | 堀　口 | わか　ちゃん |
| ゆ　り組 | 市　村 | しゅう　くん |
| | 小　泉 | ゆいか　ちゃん |
| | 鈴　木 | そうじん　くん |
| | 幡　谷 | こはな　ちゃん |
| | 山　口 | かのん　ちゃん |
| | 山　口 | ゆづき　くん |
| ちょうちょ組 | 大　山 | はるき　くん |
| ひよこ組 | 藤　崎 | かいと　くん |
| | 加　藤 | としみち　くん |
| バンビ組 | 小　松 | りつと　くん |
| | 塚　田 | りた　くん |

育児あるあるマンガ

漫画：齊藤　恵

## 今月の保育目標 <忍辱持久> にんにくじきゅう　教えを知り，みんなで努め，励もう

現代は，欲しいものは何でも手に入る時代になりました。子どもたちが，我慢することの大切さや我慢するということがどういう事かを知ることは困難です。遊びを通して順番を守ったり，譲り合ったりすることで我慢する大切さを教えていきたいと思います。

## しつけ保育目標 <薄着でつくる丈夫な体>

寒くなると，ついつい厚着をしてしまいがちですが，衣服に頼らず，たくさん体を動かして，丈夫な体を作りましょう。

## もちつき大会　12月9日（水）

毎年園では、昔ながらの『うす』と『きね』を使ってお餅つきをします。小さいお友だちもペッタンペッタン。

ついたお餅は，無病息災
・五穀豊穣を祈願して紅白の『ならせ餅』にして飾ります。

≪用意するもの≫
・エプロン（子供用）・手ぬぐい（三角巾）
7日（月）までに、名前を書いて持ってきてください。

## 成道会 12月8日（火）

人間として生まれ，人間の幸福について悩み続けられたお釈迦さまは35歳の１２月８日菩提樹の下でついに「お悟り」を開かれ 仏（ぶっだ）となられました。

この尊い成道の日を記念した法要を「成道会」といいます。

## フリー参観について

1日・3日にフリー参観を予定していますが，コロナ等の状況によっては，変更になることもありますので，ご了承ください。

## おしらせ

だいぶ日も短くなってまいりました。見通しも悪くなりますので，ケガや飛び出しなどの事故が起こらないよう十分に気をつけていただき，お子さんから目を離さないようにしましょう。

保護者の方にお子さんをお渡しした後は，園のほうでも責任を負いかねますので，必ずお子さんと手をつなぎましょう。

## クリスマス会　12月16日（水）

お子さん達が毎年楽しみにしているクリスマス。サンタさんは子どもたちに夢を運ぶステキな存在です。子ども達は，自分で作ったクリスマスブーツを飾り「サンタさん，早くこないかなぁ・・」と胸を弾ませています。プレゼントは何でしょう？今から楽しみですね。

## ～ガマンする心を育てよう！～

人間は本来，自己抑制力をもっています。例えば･･･「もっと遊んでいたいけれど，寝る時間だから遊びをやめよう」「お菓子が食べたいけれど，おやつの時間までガマンしよう」こうしたことの積み重ねによって，欲望と抑制のバランスを上手にとれるようになることが大切です。

### 『ちょこっとガマン』でやる気は育つ！

子どもが少しがんばればガマンできそうなものを見つけ，ガマンをさせます。そして，「ガマン」できたら「ちゃんとガマンできたね。」とお子さんを褒めてあげてください。この言葉かけが，【ガマンできる子】を育て，自分の欲望をコントロールできるようになります。「ガマンさせたときの約束は守る」「できない約束はしない」ことが，「ガマンできる子」を育てます。

お子さんに指示したり，命令したりすることが多くなっていませんか？指示ばかりされている子は，自主性が育たず，自分で考えたり判断したりすることが苦手になってしまいます。

また，なんでも「イヤ」というイヤイヤ期のお子さんには，「着替えなさい!」と命令するのではなく，2～3枚の洋服を出して，「今日はどれを着る？」と聞いてみましょう。自分で選べると思うと子どもは喜んで着替えます。小さい時から，『自分で選んで決める』ということをどんどんさせてあげましょう。子どもは，「あれもダメ！これもダメ！」「こうしなさい」と言われ続けると反発します。『自分で選んで決める』ことをたくさん経験し，自分で考えて判断できるように育てられた子は，「自分は親に認められている，信頼されている」と実感でき，【ガマンする心】も育つと言われています。ガマンさせるべき時とそうでない時を見極めながら，感情をコントロールする基礎となる「ガマンする心」を育てていきましょう。

― 鉾田市子育て支援サイトより ―