



# きたしろいし

令和3年12月1日発行

北白石保育園

園長 福田 志美子

札幌市白石区北郷2条3丁目6番1号

TEL 011-874-8222

寒さが一層厳しくなり、子どもたちは雪が積もり雪遊びをするのを心待ちにしています。12月11日は子どもたちの日々の表現活動を披露します生活発表会です。発表することを楽しみにしどの子もはりきって取り組んでいます。

お休みのご協力や衣裳・登園時間など、皆様のご理解の元に会を進めることとなります。よろしくお願い致します。たくさんの拍手は子どもたちの今後の励みや自信につながりますので、ぜひ子どもたちの頑張りをご覧いただきたいと思います。

また、12月はもちつき、クリスマス会、誕生会等の行事が沢山ありますので、新型コロナウイルスやインフルエンザ、感染性胃腸炎の予防に向け、人混みはなるべく避けてうがい手洗いを徹底し、早寝早起き・食事をきちんと摂る等心がけて元気に行事に参加できることを願っています。

## 今月の目標

ひまわり組 さくら組 たんぽぽ組	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 友達との協力・必要性・楽しさがわかる。</li><li>○ 多彩な行事を通していく中で、経験によって高まった意欲を思う存分発揮する。</li></ul>
ちゅうりっぷ組 つぼみ組	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 遊んだ後はお片づけをすることが習慣づいていく様になる。</li></ul>

## (お知らせ)

・12月29日(水)～1月3日(月)までお正月休みです。

## ○インフルエンザが流行する季節となりました!!

インフルエンザに罹った場合、治って登園する際に『感染症罹患後の登園許可についての医師の意見書』が必要になります。医師の意見書は感染症と診断された日に書いてもらうのではなく、登園の目安をよくご覧になって再度受診をして頂き、お医者さんに治ったと診断されたら、医師の意見書を書いてもらって下さい。

登園の目安は【発症後最低5日間かつ解熱した後3日を経過してから】となっています。又、発症した日、解熱をした日は0日と数え、発症した次の日、解熱した次の日から日数を数えて下さい。

保育園は集団生活の場ですので、感染を最小限に抑える為、囑託医の先生の指導を受けています。

\* 11月のご意見・要望等についての相談はありませんでした。

# 12月行事予定

日	予定	内容
2日(木)	餅つき	保育園で実際に臼・杵を使って餅つきを行います。年長組がつき、ちゅうりっぷ・たんぽぽ・さくら組は応援します。 ついたお餅は鏡もちにし、玄関前にお供えします。
11日(土)	生活発表会	保育園の開園(11月1日)を祝い、今までの保育活動(音楽リズム、表現活動等)の成果を発表いたします。 つぼみ組は参加しません。お休みのご協力をお願い致します。
17日(金)	誕生会	12月生まれの子どもをみんなでお祝いします。会食がありますので、主食はいりません。マスクの着用をお願いします。
20日(月)	お弁当の日	全園児ご家庭で作った気持ちのこもった手作り弁当を持参しましょう。果物は園で用意します。
22日(水)	冬至	一年中で太陽が最も南に傾き、北半球では昼が最も短い日です。また、冬至に南瓜を食べて健康を願う習慣があります。 おやつに冬至南瓜がでます。
23日(木)	クリスマス会	先生の手品を見て会食を楽しみます。保育園にサンタクロースがやってきますが、今年はどんなおみやげを持って来てくれるかな？ 会食がありますので、主食はいりません。マスクの着用をお願いします。
24日(金) 27日(月)	大掃除	部屋・道具箱など、いつも使っているもののお掃除をして新年の準備をします。
27日(月)	まゆだま飾り	まゆだまを飾り新年を迎えます。
28日(火)	御用納め	保育園の御用納めです。お休みする方はお知らせ下さい。
29日(水)~ 1/3日(月)	お正月休み	お休みの間、健康・怪我等に気をつけて、楽しいお正月を過ごしましょう。
1/4(火)	御用始め お弁当の日	保育園の御用始めです。お休みする方はお知らせ下さい。 お弁当を持参して下さい。

今月のシーツをはずす日は**10日(金)**と**28日(火)**です。  
年末に早めにお休みになる方はお伝えください。

\*ひまわりぐみ(年長)… 詩吟 **7日・21日** 絵画造形教室 **14日**

**(お願い)** 雪あそびの用意を次の通りお願い致します。※必ず名前を書いて下さい。

- 雪遊び用ジャンパー(つなぎ)
- 手袋(ナイロン製・ひもをつけて下さい)
- スノーブーツ(すぐ冷たくなるので中にボアがついているもの・長めの物)
- スノーカバー(ナイロン製)
- 帽子



尚、耳かけ・ゴーグルは聞こえにくく見えにくく、危険を伴うため保育園では禁止しています。



## 冬場の食中毒に注意

冬はノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒が発生しやすい季節です。家庭でもトイレに行った後や調理や食事をする前のていねいな手洗いがとても重要です。

下痢やおう吐物を処理する時はマスク手袋を着用して二次感染を防ぎましょう。

## 乾物は栄養満点



冬は空気が乾燥していて乾物作りに絶好のシーズンです。

干し柿や干し芋の生産も最盛期です。切干大根と生の大根の栄養価を比べると乾物のほうがカルシウム、鉄分、ビタミンもぐんと高くなります。乾物は野菜が収穫できない時季をしのぐための知恵として生まれた食材で保存性も高く甘みやうまみが増しているため栄養価も高いすぐれた常備品です。

**<献立紹介> ひじきのサラダ(幼児 10 人分)**

材料		作り方
(乾) ひじき	12 g	①ひじきは水でもどし、きれいに洗いゆでる。
ツナ缶	40 g	
大根	150 g	
人参	60 g	②大根、人参は水からゆで、やわらかくなったらコーンも入れてゆで、冷ます。
(冷) ホールコーン	20 g	
醤油	13 g	③ドレッシングとひじき、野菜、コーンを混ぜ合わせる。
酢	10 g	
サラダ油	5 g	
砂糖	8 g	

札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和3年12月 北白石保育園

日	曜日	1～2歳児献立 主食	1～5歳児共通献立 昼食	1～2歳児献立		1～5歳児共通献立 午後のおやつ
				午前	午後	
15	水	ごはん	味噌汁（豆腐・大根）・豚肉みそ焼き 白菜生姜和え・果物	牛乳 70cc	果物 30g	ヨーグルト・昆布 せんべい
25	木 土	わかめうどん	わかめうどん・南瓜の含め煮・果物	牛乳	果物	牛乳（未満児90cc） クラッカー
3	金	ふりかけごはん	味噌汁（キャベツ・舞茸）・豆腐のツナ揚げ 小松菜ごま和え・果物	牛乳	果物	ミルミル ※きなこクッキー
4 18	土	ミートソース スパゲティ	麦茶・ミートソーススパゲティ 白菜のり和え・果物	牛乳	果物	牛乳 せんべい
6	月	ごはん	味噌汁（白菜・麩）・豆腐チャンプルー ブロッコリーマヨネーズ添え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ふかし芋
7 21	火	バターロール	チキンと野菜のスープ・カレイのムニエル風 小松菜えのき和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ごまマフィン
8 22	水	ごはん	味噌汁（さつまいも・ワカメ）・鮭マヨネーズ焼き チンゲン菜お浸し・果物	牛乳	果物	牛乳・※南瓜蒸しパン （22日※冬至南瓜）
9	木	ごはん	豆乳味噌汁（小松菜・油揚げ）・ハンバーグ ごま人参・果物	牛乳	果物	牛乳 ビスケット
10 24	金	ごはん	味噌汁（キャベツ・えのき）・炒め納豆 ハウレン草中華和え・果物	牛乳	果物	牛乳・かえり煮干し クラッカー
13 27	月	ごはん	味噌汁（大根・フノリ）・チンジャオロースー 胡瓜の醤油和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ジャムスコーン
14 28	火	ごはん	根菜カレー・ハウレン草しめじ炒め 果物	牛乳	果物	牛乳 レーズンパン
16	木	ごはん	味噌汁（芋・ハウレン草）・鶏肉照り焼き ひじきのサラダ・果物	牛乳	果物	牛乳 ※お好み焼き
17	金	カレーライス	カレーライス・サラダ・ジュース	牛乳	果物	牛乳 クッキー
20	月		麦茶・果物	牛乳	果物	牛乳 せんべい
23	木	バターロール	照り焼きチキンサンド・スープ（コーン・パセリ） ブロッコリー生姜和え・星型人参・星のゼリー	牛乳	果物	牛乳 ビスケット

※印は手作りおやつです

- ◎（2日）もちつき（年長組がもちつきをします。会食はしません。主食を持参して下さい。）
- ◎（11日）生活発表会
- ◎（17日）誕生会（各部屋で会食します。）
- ◎（20日）お弁当の日
- ◎（23日）クリスマス会（各部屋で会食します。）

毎月1日は野菜の日

19日は食育の日

材料、そのほかの都合で変更する場合があります。