

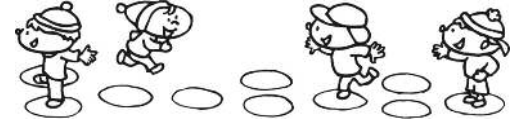


園だより



2020.1.31
黒肥地保育園

例年に比べ、今年は暖かい日が続いています。そんな中でも朝の冷え込みで、時々できる氷。自然からの贈り物に「あった!」「ここにも!!」と小さな手は冷たくても心はポカポカ。氷を集め、嬉しそうな笑顔を見せています。冬の自然に触れながら、まだまだ風邪や感染症に気をつけて今月も元気に過ごしていきましょう。



〈2月の行事〉

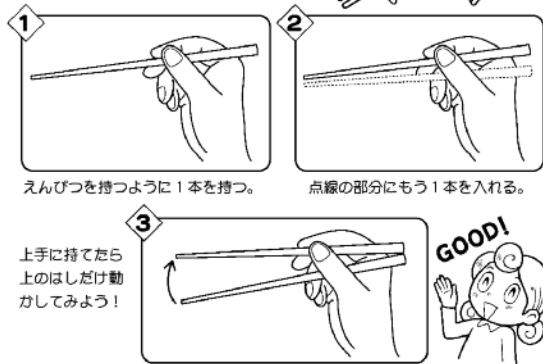
- | | | |
|------------|----------------|------------------------|
| 3日(月) 節分 | 13日(木) 誕生日会 | 19日(水) 育児ひろば<<4, 5歳児>> |
| 6日(木) 交通訓練 | 14日(金) うたひろば | 21日(金) 冒険の日 |
| 7日(金) 避難訓練 | 17日(月) おはなしひろば | 29日(土) ひなまつりイベント出場 |

こんだて

※ 2月13日(木)はお誕生日ランチです。

日	曜	献立名	おやつ	日	曜	献立名	おやつ
1	土	肉うどん・果物・牛乳	*****	16	日	*****	*****
2	日	*****	*****	17	月	白菜と春雨のスープ・甘辛大豆	黒ゴマボーロ
3	月	手羽元のスタミナ焼き・キャベツサラダ	豆腐と米粉のブラウニー	18	火	高野豆腐のふわふわ煮・温野菜	ラスク・ミルク
4	火	八宝菜・しゅうまい	かりんとうドーナツ	19	水	ぼんぼり団子・切干大根の酢の物	パインパンケーキ
5	水	ビーフシチュー・フレンチサラダ	おにぎり・お茶	20	木	五目ビーフン・レバーのごまがらめ	ミルクもち
6	木	まさご揚げ・こまつなのごま酢和え	焼き芋・ミルク	21	金	焼き魚・南瓜サラダ	おにぎり・お茶
7	金	筑前煮・豆腐の酢味噌かけ	ビスケット	22	土	和風カレーうどん・果物・牛乳	*****
8	土	ミートスパゲッティー・果物・牛乳	*****	23	日	*****	*****
9	日	*****	*****	24	月	✳振替休日✳	*****
10	月	すいとん汁・レバーの味噌煮	岩石揚げ・牛乳	25	火	冬野菜の味噌シチュー・ひじきの炒め煮	みたらし団子
11	火	✳建国記念日✳	*****	26	水	照り焼きチキン・マカロニサラダ	ちんすこう・ミルク
12	水	ミートローフ・ポットサラダ	ぜんざい・お茶	27	木	豚肉のシャキシャキ炒め・味噌豆腐	まんじゅう・牛乳
13	木	☆★誕生日ランチ★☆	クラッカー・果汁	28	金	栄養さんぴら・焼きししゃも	おにぎり・お茶
14	金	魚の甘酢あんかけ・菜の花和え	おにぎり・お茶	29	土	パン・果物・牛乳	*****
15	土	ラーメン・果物・牛乳	*****				

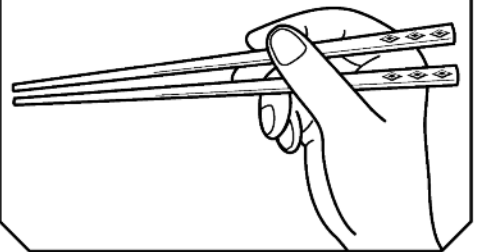
はしの持ち方 レッスン!



上手に持てない人 毎日チェック!!

はしを正しく持つと手指に負担がかからず、食べ物のはさみやすいため、とても食べやすくなります。きちんと持てない人は、毎日少しずつでも上手に持てるように練習してみましょう。

正しいはしの持ち方



My-Hashi

自分にぴったりのはしを持とう!

19.5cmのはし

手首から中指までの長さ×1.2

親指と人差し指を直角に結んだ長さ×1.5

はしは、長すぎても短すぎても使いにくいものです。自分の手に合ったはしを使いましょう。

2月に食べるとおいしいよ みそ

みそは、日本人が昔から食べている食品です。大豆のもつ栄養成分が酵素により分解されてできるので、大豆そのものを食べるよりもみそで食べる方が栄養が吸収されやすくなります。またご飯に不足しがちなたんぱく質もみそが補ってくれます。



* 1月、苦情等はございませんでした。