



# 園だより



2020.1.4  
黒肥地保育園



明けまして おめでとうございます。  
今年も職員一同、子どもたちの健やかな健康と成長を願って  
頑張りたいと思います。  
本年も 宜しくお願い致します。



- 13日(水) 避難訓練
- 15日(金) 交通訓練
- 19日(火) 同年齢育児ひろば
- 21日(木) 年中児 探検の日
- 27日(水) 年長児 冒険の日
- 29日(金) 誕生日会



## こんだて



※ 1月29日(金)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	金	❖お正月お休み❖	*****	16	土	ラーメン・牛乳	*****
2	土	❖お正月お休み❖	*****	17	日	*****	*****
3	日	❖お正月お休み❖	*****	18	月	肉団子汁・きんぴらごぼう	おからクッキー
4	月	根菜カレー・フレンチサラダ	芋けんぴ・ミルク	19	火	焼き魚・南瓜サラダ	ヨーグルト・果物
5	火	魚の味噌煮・紅白なます	黒糖ドーナツ	20	水	キャベツと厚揚げの味噌炒め・レバーの竜田揚げ	おにぎり・お茶
6	水	手羽元の山賊焼き・スパゲティサラダ	ピーナツせんべい	21	木	鶏のから揚げ・切干大根の酢の物	みたらし団子
7	木	チャプチェ・南瓜の天ぷら	七草がゆ	22	金	れんこんバーグ・ブロッコリーソテー	丸ポーロ・するめ
8	金	炒り豆腐・ブロッコリーの甘酢和え	きなこもち	23	土	ちゃんぽん・牛乳	*****
9	土	パリパリ中華麺・牛乳	*****	24	日	*****	*****
10	日	*****	*****	25	月	すいとん汁・白菜の即席漬け	ヨーグルト・果物
11	月	❖成人の日❖	*****	26	火	筑前煮・豆腐の酢味噌かけ	おにぎり・お茶
12	火	つぼん汁・レバーの味噌煮	蒸しパン・ミルク	27	水	魚の黄金焼き・青菜のごま和え	ホットケーキ
13	水	とんかつ・こまつなサラダ	おにぎり・お茶	28	木	和風ミートローフ・大根サラダ	マカロニあべかわ
14	木	八宝菜・焼きししゃも	ごぼうと大豆のミックス揚げ	29	金	★☆誕生日ランチ☆★	クラッカー・果汁
15	金	魚のすり身揚げ・切干大根の炒め煮	ぜんざい	30	土	ハヤシライス・牛乳	*****

新年を迎えました。進学・進級まで残り3カ月ですね！  
みなさん、お箸を上手に使えるようになりましたか？  
箸を正しく持つと手指に負担がかからず、食べ物が上手には  
さめ、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。

## はしの持ち方 レッスン!



1 えんぴつを持つように1本を持つ。

2 点線の部分にもう1本を入れる。

3 上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう!

GOOD!

My-Hashi

自分にぴったりのはしを持とう!

19.5cmのはし

親指と人さし指を直角に結んだ長さ×1.5

手首から中指までの長さ×1.2

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。

※1月の伝統料理! みんなで味わおう! 7日のおやつです!!

## 七草がゆ

1月7日は「七草」といって、春の七草を入れたおかゆを食べます。1年間病気をせず、無事に暮らせることを祈って食べるものです。七草は「せり・なずな・ごぎょう・はこべ・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(だいこん)」です。それぞれにからだのためになるはたらきがあります。お正月にごちそうを食べたおなかを休ませる意味もあるようです。



※12月、苦情等はございませんでした。