

京都幼児音楽フェスティバル	11日(月) 建国記念の日	京都市日本保育協会主催毎年恒例の京都幼児音楽フェスティバルが、ロームシアター京都で開催されます。いずみ・白菊両こども園のふじ組が出演します。どうぞ、皆様で会場へ聞きに来てください。
劇団銀河鉄道観劇 (ふじ・さくら組) 生活発表会	13日(水) 16日(土)	宇治市内の民間保育園・こども園のお友だちと一緒に宇治市文化センター大ホールで人形劇を観劇します。各クラスの子どもたちの成長ぶりをご覧ください。詳細は、別紙でお知らせします。当日は、午後からの保育はありません。
卒園お茶会 (ふじ組)	19日(火)	お茶室にて作法を学びながらお茶を楽しみます。最後のお茶会なので、裏千家流茶道の先生に作法の指導を受けます。白いハイソックスを必ず持ってきてください。
体操教室参観 ふじ・さくら・きく組 子どもクラブ説明会	22日(金) 23日(土)	日頃の体操教室の様子を参観していただきます。きく組は4月からの参加に向けて体験します。平成31年度子どもクラブ入会の方への説明会です。入会が決定された方は、お越してください。
ひな祭り集会	27日(水)	今年は、一足早く、ひな祭り集会を開いて、春の訪れを共に喜びます。
新入園児説明会	3/2日(土)	平成31年度の新入園児を対象に、入園説明会と健康診断を行います。なるべく家庭保育にご協力ください。

◎ 今月の体操教室・スポーツ教室は、主に白菊こども園で行います。22日の体操教室参観は、いずみこども園のホールにて行います。



## 生まれのおともだち



赤ちゃん



きく

・

うめ

・

さくら

・

・

・

・

・

ゆり

・

・

・

・

・

ふじ

・



### 今月のねらい

- ・冬の自然に親しみ、寒さに負けないで元気に遊びましょう。
- ・一人一人の年齢に応じた基本的な生活習慣を身につけましょう。



# いずみこども園だより

2月号  
H31. 1. 25

ついこの間新年を迎えたかと思っていたら、もう1月下旬。お正月気分もすっかりぬけて、慌ただしい日常が戻ってきたという方も多いのではないのでしょうか。今の時期、風邪が大流行しています。少しでも「具合が悪いか？」と感じたら、無理をせずにお家でゆったり過ごすのがおすすめです。

2月には生活発表会があります。各クラス子どもたちの発達や興味に合わせた「表現」の発表を行います。元気な、かわいい、ちょっぴり恥ずかしい、と一人ひとり様々な「表現」があることでしょう。子どもたちは大好きな家族の方々に見て頂きたいと練習をしています。いつもお願いしている事ですが、結果だけではなく、当日を迎えるまでの子どもたちのがんばりにも目を向けていただきたいと思います。そして、その子なりの表現を認め、一人ひとりの成長をみんなで喜び合える場にしたいと思います。

## お知らせとお願い

### ◇ 3・4月の主な行事

- ・3月2日 新入園児説明会、面接、検診
- ・3月16日 卒園式（ふじ・さくら組出席）  
さくら組は式のみ出席、さく～赤ちゃん組は、休園となりますのでよろしくお願い致します。
- ・3月29日～4月2日 春休み  
（希望保育あります）
- ・4月3日 進級入園式

- ◇ 2月12日に2月分の保育料・諸費の口座振替をさせていただきます。前日までに入金をお願いいたします。

		2月の行事予定	
1	金	体操教室（ふじ・さくら）	スポーツ教室
2	土		
3	日		
4	月	発表会予行①	
5	火		
6	水	英語教室（ふじ）	
7	木		
8	金	体操教室（ふじ・さくら）	スポーツ教室
9	土		
10	日		
11	月	建国記念の日 音楽フェスティバル	
12	火	ふじ組代休	
13	水	劇団銀河鉄道観劇（ふじ・さくら）	
14	木	身体計測	発表会予行②
15	金	体操教室（ふじ・さくら）	スポーツ教室
16	土	生活発表会	
17	日		
18	月	お誕生日会	サッカー教室
19	火	避難訓練	卒園お茶会
20	水	英語教室（ふじ）	
21	木		
22	金	体操教室参観・スポーツ教室	
23	土	子どもクラブ説明会	
24	日		
25	月	お弁当日	歯ブラシ持参日 サッカー教室
26	火	メコネン先生の英語教室	
27	水	ひな祭り集会	
28	木		
3/1	金	体操教室（ふじ・さくら）	スポーツ教室
2	土	新入園児説明会	



# 2月の給食だより

月 火 水 木 金 土

				1	2
				大豆ご飯	ご飯
				筑前煮	麻婆豆腐
				かぶのすまし汁	春雨スープ
おやつ				鬼まんじゅう (幼児)米菓子・牛乳	お菓子 お茶
4	5	6	7	8	9
ご飯	ご飯	ミートスパゲティ	ご飯	ご飯	ご飯
冬野菜のカレーマカロニグラタン	鶏肉のマーメレード焼き	さつま芋のクリームスープ	具だくさんの玉子焼き	八宝菜	高野豆腐の煮物
切干大根と豆腐のスープ	マセドアンサラダ	チーズ	根菜の味噌汁	わかめスープ	花麩のすまし汁
	白菜とえのき茸のすまし汁				
キャラメル麩菓子	(幼児)お菓子・牛乳	フルーツ	南瓜のみたらし団子	ヨーグルト	お菓子
(幼児)ヤクルト(乳児)牛乳	(乳児)スティックパン・牛乳	クラッカー・牛乳	(幼児)お菓子・牛乳	米菓子・牛乳	お茶
11	12	13	14	15	16
	ご飯	五目ラーメン	ご飯	わかめご飯	
建国記念日	すき焼き風煮	南瓜の白和え	鱈のポテトクリーム焼き	筑前煮	生活発表会
	小松菜の味噌汁	ゼリー	ほうれん草とキャベツのソテー	かぶのすまし汁	
			白菜と大根のスープ		
おやつ	マカロニきな粉	かりかり煮干し	バレンタインマーブルケーキ	プリン	
	牛乳	お菓子・牛乳	牛乳	米菓子・牛乳	
お誕生日金 18	19	20	21	22	23
ご飯	ご飯	ミートスパゲティ	ご飯	ご飯	ご飯
冬野菜のカレーマカロニグラタン	鶏肉のマーメレード焼き	さつま芋のクリームスープ	具だくさんの玉子焼き	八宝菜	高野豆腐の煮物
切干大根と豆腐のスープ	マセドアンサラダ	チーズ	根菜の味噌汁	わかめスープ	花麩のすまし汁
デザート	白菜とえのき茸のすまし汁				
キャラメル麩菓子	(幼児)お菓子・牛乳	フルーツ	南瓜のみたらし団子	ヨーグルト	お菓子
(幼児)ヤクルト(乳児)牛乳	(乳児)スティックパン・牛乳	クラッカー・牛乳	(幼児)お菓子・牛乳	米菓子・牛乳	お茶
25	26	27	28		
	ご飯	鮭ご飯	ご飯		
お弁当	すき焼き風煮	菜の花のクリーム煮	鱈のポテトクリーム焼き		
(幼児のみ)水筒	小松菜の味噌汁	アスパラのスープ	ほうれん草とキャベツのソテー		
			白菜と大根のスープ		
(幼児)お菓子・ヤクルト	マカロニきな粉	かりかり煮干し	ココアシリアル		
(乳児)フルーツポンチ・牛乳	牛乳	お菓子・牛乳	牛乳		

※うめ組、ゆり組は毎週水曜日・金曜日の朝おやつに牛乳 100cc を飲みます。

# 1月の食育活動

園庭で育てていた大根が、土から少し顔を出し始めたので収穫することになり、ゆり組さん・きく組さんに採ってもらいました。

ゆり組さんでは、お兄ちゃん・お姉ちゃん(きく組さん)が植えた大根を採ることができると聞いて喜び、大はしゃぎで大根掘りをしてくれました。子どもたちの小さな手でも、難なく引き抜くことができ、「もっと抜きたい！」と2本目を抜く子もいました。土付きの大根を手を持って、自然を感じてもらえたと思います。



きく組さんでは、大根を抜いた後に、大根洗いもしてもらいました。自分たちが植えた小さい大根の種が、大根の形になっていて、みんな大喜び！さらにその大根をこども園のみんなに食べてもらおうと、スティック状にした大根をポキポキ折ってもらい、『きく組さんの大根の味噌汁』にして、給食で食べました。大きい大根がゴロゴロと入っていて、ふじ組やさくら組のお友達も『きく組さんの大根』を喜んで食べてくれました。

## 【かぜのとき、子どものごはんや飲み物はどうする？】

かぜを早く治すためには、栄養のあるものをしっかり食べさせなければ、と思いがちですが、胃腸の調子が悪い時や、鼻やのどのかぜでも、食欲がなかったり消化能力が落ちている時もあります。嘔吐・下痢などの胃腸の症状がなくても、発熱時は胃腸の働きも鈍りがちです。

消化しにくい脂っこいものや刺激物は避けた方がいいです。肉や魚などたんぱく質食材も消化

に時間がかかるため、あまり無理に食べさせなくてもいいでしょう。「うどん」や「おかゆ」がおすすめですが、さらに体を温めるとされるショウガやネギ、食欲がなくても食べやすくエン酸を多く含む梅干しなどを入れるのも良いでしょう。意外なところでは、一見おなかによさそうな乳製品や、芋類などは胃腸の負担になる場合があります。もともとおなかがあまり強くないお子さんや、胃腸の具合がちょっと悪くなってきたかな？というときは、牛乳、ヨーグルトや高脂肪のアイスクリーム、カボチャ、サツマイモ、じゃが芋、バナナなどは控えた方がいいでしょう。

食欲がないときでも、必ずとってほしいのは水分と電解質(イオン)です。多少はエネルギーも必要ですから糖分も入っている飲み物で、その子が好むものを少しずつ飲ませてあげてください。固形物が食べづらいときでも、薄味のスープや味噌汁の上澄みなどは、口にしやすい、汗と一緒に失われやすい塩分も補給できるのでおすすめです。

