

すえさみこども園

2月の園だより

小松市日末町二 111-3
Tel (0761) 44-2074
令和 8 年 2 月 1 日



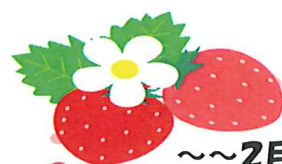
沢山の雪が降り、子どもたちは雪遊びをするのを心待ちにしているようです。また、冷たい風に体調を崩しやすい時期です。インフルエンザや胃腸炎（嘔吐・下痢）も流行しているようです。外出先から帰った後には、必ず、手洗い・うがいをし、早寝早起きを心がけて感染予防に努めていきたいですね。

ノロウイルス感染症 (ウイルス性胃腸炎)

「流行性嘔吐下痢症」と呼ばれるとおり、激しい嘔吐と下痢が起こります。ほとんどの場合、1～3日で回復しますが、脱水症を起こすことがあるため、油断は禁物です。

備えていますか？ 塩素系消毒薬

ノロウイルスは感染力が強く、嘔吐物で汚れた衣類などの消毒には塩素系消毒薬が必要です。急な発症に備えて、念のため塩素系消毒薬を用意しておくで安心です。



～2月の いちごっこ～

- *10日(火) 9:30～11:30
 - ・身体計測
 - ・好きな玩具を使って遊びましょう
- *17日(火) 9:30～11:30
 - ・英語で遊ぼう
 - ・カタカタやコンビカーで遊びましょう

【お知らせ】

- ★体調不良で欠席する場合は、電話で、症状等について詳しくご連絡ください。
- ★園で薬を服用する必要がある場合、『くすりの依頼書』の提出が必要です。併せて、医療機関から発行される『薬剤情報提供書』についても必ず提出ください。提出されない場合または書類がない場合、薬を服用できないことがあります。

節分豆について

2月3日は節分の日です。節分の豆まきで用いられることの多い煎り大豆など、硬い豆やナッツ類は、奥歯が生えそろわず、かみ砕く力や飲み込む力が十分ではない子どもにとっては、のどや気管に詰まらせて窒息したり、肺炎を起こしたりするリスクがあります。



- ・5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。
- ・小さなかけらが気管に入り込んで肺炎や気管支炎をおこしたりするリスクもあるため、くだいた豆も危険です。

このようなものにも
要注意！



2月行事予定



日	曜日	行事	備考
2日	月	学校安全の日	
3日	火	豆まきとお楽しみ会	豆まきをします。 お誕生月のお子さんをみなでお祝いします。
5日	木	避難訓練	
6日	金	児童英検 英語教室	年長児は児童英検を受けます。
10日	火	いちごっこ	予約はいりません。
13日	金	英語教室 布団持ち帰り	
17日	火	いちごっこ	予約はいりません。
19日	木	たんぽぽ組とのお別れ会	この日の献立は年長児のリクエストです。 3,4,5 歳児の 白ご飯はいりません。
20日	金	英語教室 親子読書の日	今年最後の親子読書です。3月はありません。
24日	火	一般児身体測定	
25日	水	未満児身体測定	
27日	金	英語教室 布団持ち帰り 3月のお便り配信	
28日	土	大掃除	詳しくは後日お知らせします。

※赤色の文字は保護者の方が参加して頂く行事です。

★3月の主な予定★

- 14(土) **卒園式**
- 26(木)～31日(火)
新年度準備のため延長保育はありません
- 31日(火) 手作り弁当の日です

R8年度の入園の会、総会、クラス別話し合いについて
日付 4月3日(金)
場所 すえさみこども園 ホール
入園の会は新入児と4, 5歳児
総会、クラス別話し合いは全園児対象です。

R8年度の親子遠足について
日付 5月15日(金)
場所 芝政
3, 4, 5歳児 対象です。

2月の園児数は
75人です



2月 食事だより





令和8年2月1日 すえさみこども園

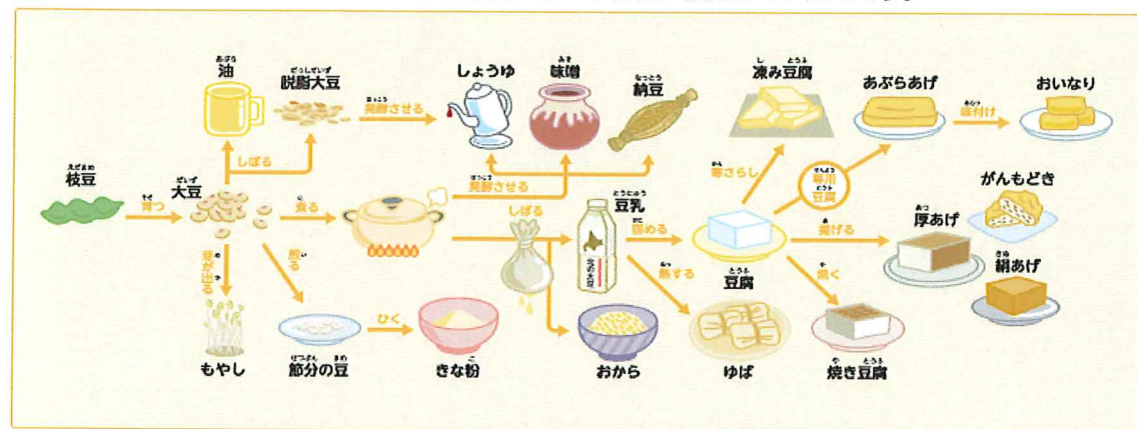
暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きますね。季節の変わり目は天候が不安定なため、病気にかかりやすくなります。寒さやかぜに負けない体力をつけるために、しっかりと食べましょう。

2月3日 節分

2月3日は節分です。節分は立春の前の日にあたります。昔の日本では立春が1年の始まりとされていました。節分の日に豆をまいて鬼（＝病気や災いのもととなる悪い気）を追い払い、新しい1年の無病息災を願います。

栄養満点！大豆のおはなし

大豆は「畑の肉」といわれるほどたんぱく質や脂質を多く含んでいます。さらにビタミン・ミネラル・食物繊維等も豊富で栄養価が高く、普段の食事に積極的に取り入れたい食品のひとつです。加工食品の種類がとても多く、これは、大豆が古くから日本人の生活に馴染みのある食品であることを物語っています。そのまま食べると消化が悪く、栄養がうまく吸収されないため、昔の人は、大豆を食べやすく、また保存性を高めるため、さまざまな方法で加工し料理に使用していたのです。



食事作りが自己肯定感を育てる

子どもたちは、自分が作った料理を食べてくれた人から「おいしかったよ。ありがとう！」と褒められ感謝されることで、自分の存在を確認し、『自己肯定感』が育まれていきます。自己肯定感は、人間が幸せに生きていけるための「心の土台」だといわれています。子どもの心を育てるために、園やご家庭で子どもが食事作りに参加できる場があればと思います。

当たり前の毎日の食事を、「子どもの見えるところで、できれば一緒に、素材から料理を作って、共に楽しく食べる」ことが、子どもの健全な育ちを支え、幸せに生きる心の礎を作っていきます。特別なことでなくても構いません、ぜひご家庭でも子どもたちと一緒に食事づくりをしてみませんか。



【園から提供する1日当たりの栄養量】

◆以上児栄養目標量	エネルギー434kcal	たんぱく質12.1～27.3g	脂質13.0～19.7g	食塩相当量1.6g未満
今月の以上児平均栄養量	エネルギー400kcal	たんぱく質17.5g	脂質16.8g	食塩相当量1.5g未満
◇未満児栄養目標量	エネルギー505kcal	たんぱく質12.6～25.3g	脂質11.2～16.8g	食塩相当量1.6g未満
今月の未満児平均栄養量	エネルギー495kcal	たんぱく質19.0g	脂質16.6g	食塩相当量1.4g未満
◆以上児（3、4、5歳児）	◇未満児（0、1、2歳児）			



こんだてひょう

※2月3日はお楽しみ会です。白ご飯はいりません

※2月19日はお別れ会です。白ご飯はいりません

※《 》は未満児に対しての代替献立です

日	曜日	午前間食	主食	昼 食	午後間食	
2	月	お茶 バナナ	ごはん	魚のかば焼き きりぼしサラダ 味噌汁	牛乳 ビスケット	
3	火	牛乳 クラッカー	大豆の炊き込みご飯 ハート形ハンバーグ 大根サラダ すまし汁			飲むヨーグルト 節分ボーロ
4	水	お茶 チーズ	ごはん	マーボー豆腐 むしシューマイ ほうれん草のナムル	牛乳 牛乳もち 《せんべい》	
5	木	お茶 ヨーグルト	ごはん	ぎょうざ入りスープ 大麦入りじゃが芋のマヨ炒め	牛乳 プチたい焼き	
6	金	お茶 せんべい	食パン	チキンクリームシチュー ひじきサラダ	牛乳 ウエハース	
7	土	牛乳 ビスケット	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア ドーナツ	
9	月	牛乳 ボーロ	カレーライス	カレーシチュー（チキン） ちりじゃこサラダ	牛乳 ミシュケ	
10	火	お茶 りんご	ゆかりごはん	岩石揚げ ほうれん草のお浸し 味噌汁	ジョア せんべい	
11	水		建国記念の日			
12	木	牛乳 せんべい	食パン	白味噌ポトフ パンサンスー	ヨーグルト 味付小魚 《なし》	
13	金	お茶 ビスケット	ごはん	豆腐ハンバーグ ドレッシングサラダ コロコロスープ	牛乳 バームクーヘン	
14	土	牛乳 ウエハース	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア メープルマフィン	
16	月	牛乳 ビスケット	ごはん	豚肉のしょうが焼き マセドアンサラダ 味噌汁	飲むヨーグルト いちごのスティックケーキ	
17	火	お茶 せんべい	ごはん	酢豚 小松菜のツナ和え バナナ	牛乳 クラッカー	
18	水	ジョア ボーロ	食パン	ポークビーンズ ブロッコリーと卵のサラダ	牛乳 肉まん	
19	木	お茶 チーズ	わかめごはん	鶏の唐揚げ スパサラダ コーンかきたまスープ ジュース	牛乳 マカロニきなこ	
20	金	お茶 ウエハース	ごはん	チキンカツ きゅうりとわかめの梅ドレッシング和え チンゲン菜のスープ	牛乳 ジャムサンド	
21	土	牛乳 ビスケット	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア バームクーヘン	
23	月		振替休日			
24	火	お茶 ヨーグルト	食パン	スパゲティイタリアン 豚肉とレタスのスープ アニマルチーズ	牛乳 せんべい	
25	水	お茶 バナナ	ゆかりごはん	江戸っ子煮 ごま酢あえ	牛乳 チーズキャロット蒸しパン	
26	木	牛乳 せんべい	ごはん	魚の香り揚げ ひじきナムル 根菜味噌汁	飲むヨーグルト ビスケット	
27	金	お茶 オレンジ	ごはん	味噌おでん 納豆あえ	牛乳 バームクーヘン	
28	土	牛乳 ウエハース	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア プチたい焼き	