みどり野 園だより　１月

園長日記 No.10

年主題を考える

12 月 26 日に保育ミーティングを持ち 2018 年度の年主題について話し合いを行いました新しい年を迎えるに当たり来年度はどんな思いで保育していくのかを話し合うことを恒例にしているからです。ちなみに 2017 年度の保育園の年主題は**「つながり合う～より深く認め合い共に育つ」**でした。子どもも大人もそうですが、一人一人育ってきた環境も考え方も違う中で、それぞれが「つながり合い」「深く認め合い」「共に育つ」ことを大切にするということはどういうことか、共に考えた 1 年でした。

違いがあるのは分っていてもそのことをなかなか認められないし、信じたいのだけれどもなかなか信じきれない自分の姿をみることがよくあります。もっと交わる機会をもって、お互い支え合い、そのつながりを広げることができないだろうか？神さまから与えられたそれぞれの賜物をもっと生かせないだろうか？と考えます。しかし、人と交わりつながろうとするには少し勇気がいりますし、そのためには各々が認め合う環境の中で自分が自分であっていいのだという自信が必要な時もあるのだと思います。

話し合いの終わりには、それぞれの「違いを認め合い」お互い理解し合うためにより多く「交わり」そしてお互いに「支え合う」といったことが「広がって」いくような保育園になればいいねと話し合いを終えました。
そして、そのような話し合いの中から 2018 年度の年主題を以下のように考えました。

＜年間聖句＞

コリントの信徒への手紙Ⅰ　12 章 26 節

「一つの部分が苦しめば、すべての部分が共に苦しみ、
一つの部分が尊ばれれば、すべての部分が共に喜ぶのです。」

＜年主題＞

「信じて交わり支え合う」～異なる賜物を生かすために～

来年度はみどり野保育園が 40 周年を迎えます。創設にかかわった多くの方々の思いに触れ、この時代にふさわしい保育園にしていきたいと願っております。これからもご理解ご支援賜りますようお願い申し上げます。

2018 年 1 月 1 日
園　長　中田一夫

1月の行事予定

４日（木）　保育始め・お弁当日
８日（月）　祝日・休園
１３日（土）　おもちつき（保護者同伴行事ですが、かめ・めだか組は自由参加とさせていただきます。）
詳しくは別紙案内をご覧頂き、参加人数をお知らせください。
＊兄弟は上又は下どちらか希望のクラスに入って頂きます。
＊お父さんのつき手のご参加、お待ちしています!!
参加申し込み書を 10 日(水)までにご提出ください。

１７日（水）　避難訓練
１９日（金）　誕生会

☆園庭開放☆
毎週水曜日　９：３０～１１：００
地域の０～５歳児のお子さんを親子で受け入れています。ぜひ、お友達をお誘いください。園舎見学も可能です。

３・４・５才児　YMCA 運動あそび
１１日・１８日の(木)
動きやすい服装で登園してください。

4, 5 歳児自然体験③冬山あそびと スキーウェアー貸し出しについて

年間行事予定で 1 月に予定していましたが、1 月下旬～2 月初旬の六甲ＹＭＣＡ方面の雪の状況と天候を調べながら、日程を定めたいと思っています。決まり次第お知らせ致します。スキーウェアーの貸し出しは、１月１５日以降に予定しています。耳が隠れる毛糸帽、防水手袋、スノーシューズ等の小物の貸し出しも多少ありますが、サイズも少ないので出来れば個人で用意して頂ければと思います。よろしく、お願い致します。

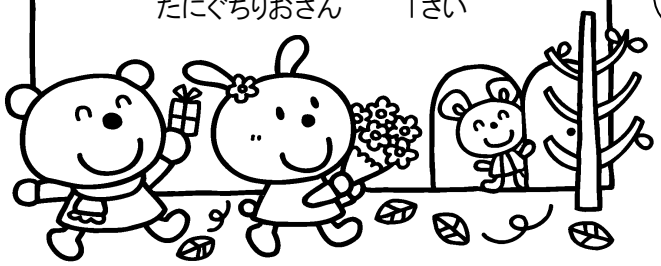
9日(火)～5 歳児午後の活動開始

くじら組５歳児は午睡が無くなり、就学に向けて午後の活動が始まります。
日替わりで、文字あそびや数あそび、又おやつのクッキングその他いろいろな内容で、担任以外の職員と関わりながら午後の時間を過ごします。午睡がなくなり疲れやすくなるので夜は早めに就寝させてあげて下さい。よろしくお願いします。
※土曜日は午睡をしますので、寝具の準備をお願い致します。

毎日なにをするのか
たのしみ～！

1月生まれのおともだち
おたんじょうびおめでとう！

こかごそうまさん	5さい
やまぐちれんさん	4さい
かたぶきはなさん	4さい
おばたはるまさん	3さい
たにぐちりおさん	1さい



＊2月の予告＊
17 日(土)　生活発表会（場所：尼崎教会）
※かめ・めだかは普通保育です
24 日(土)～25(日)　５歳児就学前合宿保育
（宿泊場所：みどり野保育園）

12月下旬ウィルス性の胃腸炎が大流行しました。子どもだけでなく、大人にも広がり大変でした。今回ノロウィルスの疑いもあったので、徹底した手洗い・うがいの習慣をつけて予防に努めましょう!

クリスマス会献金の報告
合計 45,756 円が捧げられました。この献金は東北、や熊本支援等に寄付させて頂きました。ご協力に心より感謝いたします。ありがとうございました。

２０１８年 １月度　みどり野保育園メニュー

★はお楽しみメニュー

日	曜日	献立名	材料 黄◇　力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇　血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇　からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	おやつ 献立名	おやつ 原材料
4	木	お　弁　当　日					牛乳 紅白蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 豆乳・トマトピューレ ベーキングパウダー
5	金	新春そぼろラーメン 細切昆布の煮物 フルーツ（りんご）	ラーメン・油・調合ごま油 油・砂糖	豚ミンチ・●/▲かまぼこ うす揚げ	玉ねぎ・ほうれん草・コーン・にんにく きざみ昆布・人参 りんご	醤油・鶏がらスープ・塩・みりん かつおだし・醤油・みりん	牛乳 七草がゆ	▲牛乳 米（国産） 七草・塩
6	土	五目寿司 ちくわと小松菜の煮浸し 味噌汁	米（国産）・砂糖 砂糖 じゃが芋	しらす干し・高野豆腐・牛肉 ちくわ 赤味噌・白味噌	干しいたけ・人参・きざみのり 小松菜・白菜 玉ねぎ・水菜	穀物酢・塩・かつおだし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 せんべい	▲牛乳 ▲雪の宿
9	火	オープンオムレツ 切干大根のハリハリ和え さつま芋のあずき煮 ごはん 味噌汁	油 調合ごま油・白ごま さつま芋 米（国産） 巻麩	●卵・▲牛乳・●/▲ハム さつま揚げ ゆで小豆 うす揚げ・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・ピーマン 切干大根・ほうれん草・人参 わかめ	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 醤油・穀物酢・みりん 醤油 かつおだし	牛乳 お麩のチーズスナック	▲牛乳 麩・オリーブ油 ▲粉チーズ・塩
10	水	アジの竜田揚げ チンゲン菜ともやしのあおさ和え きんぴらごぼう ごはん スープ	砂糖・片栗粉・油 白ごま こんにゃく・油・砂糖 米（国産）	アジ 豆腐	おろし生姜 チンゲン菜・もやし・あおさのり ごぼう・人参 ブロッコリー・えのきだけ	醤油・酒 醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・みりん・酒 チキンコンソメ	牛乳 黒糖さつま芋蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・黒砂糖 さつま芋・豆乳 ベーキングパウダー
11	木	鶏照焼丼 ひじきと厚揚げの煮物 味噌汁 フルーツ（みかん）	米（国産）・押麦・油・砂糖・片栗粉 砂糖 里芋	鶏肉 厚揚げ 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・青ねぎ・生姜 芽ひじき・人参 白菜・しめじ みかん	醤油・みりん かつおだし・醤油・酒 かつおだし	牛乳 ツナサンド	▲牛乳 ▲食パン まぐろフレーク 胡瓜・マヨドレ
☺ 12	金	アイントプフ ケーニヒスベルガー・クロプセ風 ロールパン アプフェルムース	じゃが芋・油 油・パン粉 ▲ロールパン 砂糖	●ウインナー・水煮大豆 鶏ミンチ・豆腐・▲牛乳	人参・玉ねぎ・グリーンピース 玉ねぎ・パセリ りんご・レモン果汁・りんごジュース	チキンコンソメ・塩 塩・▲クリームシチューの素 ゼラチン	牛乳 梅しそおにぎり	▲牛乳 米（国産） 梅しその素
13	土	お　も　ち　つ　き　大　会					牛乳 せんべい	▲牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい
15	月	鶏肉のねぎ揚げ キャベツと小松菜のゆかり和え がんもの煮物 ごはん 味噌汁	小麦粉・片栗粉・油 こんにゃく・砂糖 米（国産）	鶏肉 一口がんも 赤味噌・白味噌	青ねぎ キャベツ・小松菜・ゆかり 人参 大根・かぼちゃ・わかめ	醤油・酒 かつおだし・醤油・みりん かつおだし	牛乳 パイナップルパンケーキ	▲牛乳 小麦粉・砂糖・油 豆乳・パイン（缶詰） ベーキングパウダー
16	火	白身魚のオイスターソース煮 じゃがバター ごぼうごまサラダ ごはん 味噌汁	片栗粉・砂糖 じゃが芋・▲バター 黒ごま・調合ごま油・砂糖 米（国産）	ホキ うす揚げ・赤味噌・白味噌	生姜 ごぼう・コーン・胡瓜・人参 チンゲン菜・玉ねぎ	オイスターソース・醤油・酒 塩 醤油・穀物酢 かつおだし	牛乳 りんごきんとん	▲牛乳 さつま芋・砂糖 りんご・レーズン
17	水	揚げ焼き豆腐の野菜あん いんげんともやしの塩昆布和え ごはん 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	片栗粉・油・砂糖・片栗粉 米（国産） 麩・じゃが芋	豆腐・豚肉 赤味噌・白味噌	白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン さやいんげん・もやし・塩昆布 青ねぎ オレンジ	醤油・みりん・酒・かつおだし かつおだし	牛乳 チヂミ	▲牛乳 小麦粉・片栗粉 油・調合ごま油 ●卵・豚肉・ニラ 玉ねぎ・塩・醤油

☺ 1月12日（金）　世界の料理：ドイツ料理

・アイントプフ：ドイツの家庭料理。スープを張った鍋にジャガイモ・ニンジン・タマネギ・豆類・ソーセージや肉などを入れ、煮崩れない程度に煮込んだもの。
・ケーニヒスベルガー・クロプセ風：ドイツの前身、プロセイン王国の中心だったケーニヒスベルクの名前が付いた肉団子料理。
・アプフェルムース：りんご（アプフェル）のピュレ。ドイツの食卓には欠かせない料理。デザートとして食べるほか、ジャガイモのパンケーキに添えることが多い。

＜注意事項＞

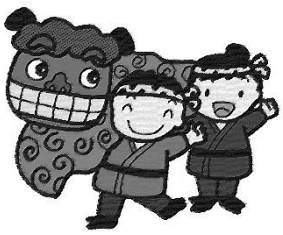
1）アレルギーについて
　①卵を含む食品に●印を、乳を含む食品に▲印をつけています。
　②そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
2）0～2歳児は昼食に牛乳を飲みます。
3）材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

エネルギー	５９６Kcal
蛋白質	２２.４g
脂質	１７.６g
カルシウム	２５２mg

日	曜日	献立名	材料 黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	その他	おやつ 献立名	おやつ 原材料
18	木	のっぺいうどん ちくわの天ぷら フルーツ（バナナ）	うどん・片栗粉 小麦粉・油	鶏肉 ちくわ	大根・人参・しいたけ・青ねぎ・だし昆布 バナナ	かつおだし・醤油・みりん・塩	牛乳 そぼろおにぎり	▲牛乳 米（国産） 鶏ミンチ・醤油 みりん・砂糖 油
★ 19	金	エビフライと白身魚フライ キャベツサラダ 花野菜のスープ煮 ごはん 味噌汁 オレンジかん	小麦粉・パン粉・油・マヨドレ・砂糖 砂糖・オリーブ油 米（国産） 砂糖	エビ・ホキ 赤味噌・白味噌	胡瓜・玉ねぎ キャベツ・人参・コーン カリフラワー・ブロッコリー わかめ・玉ねぎ・水菜 寒天・オレンジジュース	塩・穀物酢・塩 穀物酢・塩 チキンコンソメ かつおだし	牛乳 豆腐と人参の もちもちマフィン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 豆腐・人参 ベーキングパウダー ▲ホイップクリーム
20	土	しらすチャーハン 厚揚げのそぼろ煮 中華スープ	米（国産）・油 油・砂糖	しらす干し・さつま揚げ 豚ミンチ・厚揚げ	チンゲン菜・玉ねぎ 人参・グリーンピース 白菜・もやし・コーン	鶏がらスープ かつおだし・醤油・みりん・酒 鶏がらスープ	牛乳 ビスケット	▲牛乳 こどもビスケット
22	月	カレーライス ツナサラダ フルーツ（りんご）	米（国産）・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	牛肉 まぐろフレーク	玉ねぎ・人参 胡瓜・キャベツ・レモン果汁 りんご	カレーフレーク・▲バーモントカレー 穀物酢・塩・醤油	牛乳 米粉の黒豆蒸しパン	▲牛乳 米粉・砂糖・油 豆乳・黒豆甘煮 ベーキングパウダー
23	火	サバの煮付け かぼちゃの天ぷら 昆布イリチー ごはん 味噌汁	砂糖 小麦粉・油 こんにゃく・油・砂糖 米（国産） 巻麸	サバ 豆腐・赤味噌・白味噌	生姜 かぼちゃ きざみ昆布・切干大根・人参 青ねぎ	醤油・酒・かつおだし 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 焼きそば	▲牛乳 ●中華めん・油・豚肉 キャベツ・玉ねぎ・人参 もやし・小松菜・中農ソース とんかつソース・かつお節
24	水	鶏肉のあおさ焼 さつま芋の旨煮 カニかまと白菜の酢の物 ごはん 味噌汁	砂糖・油 さつま芋 砂糖 米（国産）	鶏肉 ●カニ風味かまぼこ うす揚げ・赤味噌・白味噌	あおさのり 白菜・チンゲン菜 しめじ・青ねぎ	醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし 穀物酢・醤油 かつおだし	牛乳 フルーツヨーグルト	▲牛乳 ▲ヨーグルト・砂糖 バナナ・黄桃（缶詰）
25	木	冬野菜マーボー もやしのナムル 麦入りごはん フルーツ（オレンジ）	油・砂糖・片栗粉 白ごま・砂糖・調合ごま油 米（国産）・押麦	豆腐・豚ミンチ・鶏レバー・赤味噌	生姜・にんにく・れんこん・人参・干しいたけ・小松菜 もやし・胡瓜・赤パプリカ・にんにく オレンジ	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・醤油・塩	牛乳 きなこちんすこう	▲牛乳 小麦粉・油・砂糖 きなこ・塩
26	金	サケの味噌マヨネーズ焼 ベーコンとブロッコリーのソテー かぼちゃの煮物 ごはん すまし汁	油・マヨドレ 油 砂糖 米（国産） 巻麸	サケ・赤味噌 ●/▲ベーコン 豆腐	ブロッコリー・人参・玉ねぎ かぼちゃ・グリーンピース 小松菜	みりん チキンコンソメ かつおだし・醤油・酒 かつおだし・醤油・塩	牛乳 ほうれん草入り 豆腐ドーナツ	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ほうれん草・豆腐 ベーキングパウダー 油
27	土	牛肉ときのこのうどん ちくわとチンゲン菜の梅風味和え ひじき豆	うどん 油・砂糖	牛肉 ちくわ 水煮大豆	玉ねぎ・まいたけ・えのきだけ・青ねぎ・だし昆布 チンゲン菜・人参・しそ練り梅 芽ひじき・グリーンピース	かつおだし・醤油・みりん・塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・酒	牛乳 ベジスナック	▲牛乳 ベジたべる
29	月	ハンバーグデミグラスソース しらすと大根のサラダ さつま芋とレーズンの甘煮 ごはん 味噌汁	油・パン粉・こしょう 油・砂糖 さつま芋・砂糖 米（国産） 麸	豚ミンチ・牛ミンチ・豆腐 しらす干し 豆腐・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・玉ねぎ・トマトピューレ 大根・胡瓜・人参 レーズン しめじ	塩・ワイン・みりん・デミグラスソース・ケチャップ 醤油・穀物酢 かつおだし	牛乳 きなこマカロニ	▲牛乳 マカロニ・きなこ 砂糖・塩
30	火	鶏肉と根菜の煮物 ほうれん草とキャベツの納豆和え ごはん 味噌汁 フルーツ（バナナ）	里芋・こんにゃく・砂糖 米（国産）	鶏肉 納豆 赤味噌・白味噌	人参・ごぼう・玉ねぎ・グリーンピース ほうれん草・キャベツ もやし・わかめ・青ねぎ バナナ	かつおだし・醤油・みりん 醤油 かつおだし	牛乳 アメリカンドッグ	▲牛乳 ●ウインナー・小麦粉 砂糖・豆乳 ベーキングパウダー 油
31	水	白身魚のソース揚げ みそじゃが 高野豆腐の卵とじ ごはん スープ	小麦粉・パン粉・油 じゃが芋・砂糖 砂糖 米（国産）	ホキ 赤味噌 高野豆腐・●卵	人参・小松菜 ブロッコリー・白菜・玉ねぎ	ウスターソース・ケチャップ みりん かつおだし・醤油 チキンコンソメ	牛乳 パンナコッタ	▲牛乳 ▲牛乳・砂糖 ▲ホイップクリーム ゼラチン 甘夏みかん（缶詰）

2018年1月号

給食だより



あけましておめでとうございます。

年末年始はおいしいものをたくさんいただくことができましたか？この一年も元気に過ごせるように、健康に気をつけていきましょう。季節の変わり目には五節句というものがあります。どのような行事があるのかみてみましょう。

● ● ● ● 季節の節目となる五節句 ● ● ● ●

●一月七日● 人日（じんじつ）の節句

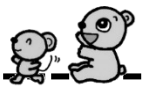
Q. どんな日かな？

七草がゆを食べて健康を祈る日

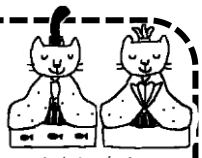
にいち早く咲く、七草の若菜を、食べることで、新しい生命力を取り入れ、邪気をはらい健康に過ごせるようにとの願いが込められています。

Q. 七草、いえるかな？

せり・なずな・すずな・すずしろ・ほとけのざ
ごぎょう・はこべら



●三月三日● 上巳（じょうし）の節句



Q. どんな日かな？

女の子の成長を願うひな祭りの日

三月三日は古代中国では邪気にみまわれやすい日とされ身を清める習慣がありました。この習慣が古代日本に伝わり、紙で作った人形に、けがれを託して川に流す風習が生まれ、後にひな祭りとなっていきました。

Q. どんな食べもので祝うのかな？

散らし寿司・・・寿司は『寿（ことぶき）を司（つかさどる）』といわれ、料理自体が縁起がよく、入っている具にも長寿や健康を意味する材料が使われています。

ひし餅・・・ピンク（魔除け）・白（清浄）・緑（健康）を表しています。

ひなあられ・・・ピンク・緑・黄・白の四色で四季を表しています。

はまぐりのお吸い物・・・貝殻が合わさった二枚貝に良縁を願う気持ちが込められています。

白酒・・・邪気をはらうとされています。

●五月五日● 端午（たんご）の節句

Q. どんな日かな？

男の子の成長を願う日

古来旧暦の五月は、高温多湿で伝染病や害虫の被害が多い月であったため、邪気をはらう行事が行われていました。男の子の成長を祝う習わしは江戸時代に生まれたものです。

Q. どんなことをするのかな？

しょうぶ湯に入る・・・香りは邪気をはらうとともに、疲れをとったり、打ち身に効くといわれています。

柏餅を食べる・・・柏（かしわ）は古来神聖なものとされていました。

●七月七日● 七夕（しちせき）の節句

Q. どんな日かな？

星まつりの日

中国の『星伝説』と、日本の『棚機女（たなばたつめ）伝説』が混ざり合ったお祭りです。

『星伝説』・・・おりひめ、ひこぼしのお話

『棚機女（たなばたつめ）伝説』・・・乙女が布を織って神様にささげ、災いを取り除いてもらう話で、『たなばた』の語源といわれています。

Q. どんなものを食べるのかな？

そうめん・・・千年も前から『七夕』にはそうめんが食べられていました。そうめんを天の川や織り糸に見立てています。

●九月九日● 重陽(ちょうよう)の節句

Q. どんな日かな？

長寿や繁栄を願うおめでたい日

古来中国ではおめでたい数とされる奇数の最大数の『九』がかさなるこの日を、とても縁起のよい日とし、不老長寿や繁栄を願うようになり、この行事が日本にも伝わりました。『菊』は長寿をもたらし、その香りは邪気をはらうとされています。

Q. どんなお祭りがあるのかな？

旧暦の九月九日は、今の十月にあたり、作物の収穫を祝うお祭りとして庶民の間で『おくんち』として広まりました。

菊の花を浮かべたお酒や、栗ご飯などで祝う風習があります。

行事食には、その時期にあった健康の知恵と家族を思う気持ちが詰まっています。昔から食べられてきたものには、どんな願いがこめられているのか、行事のたびに家族で話をしてみましょう。

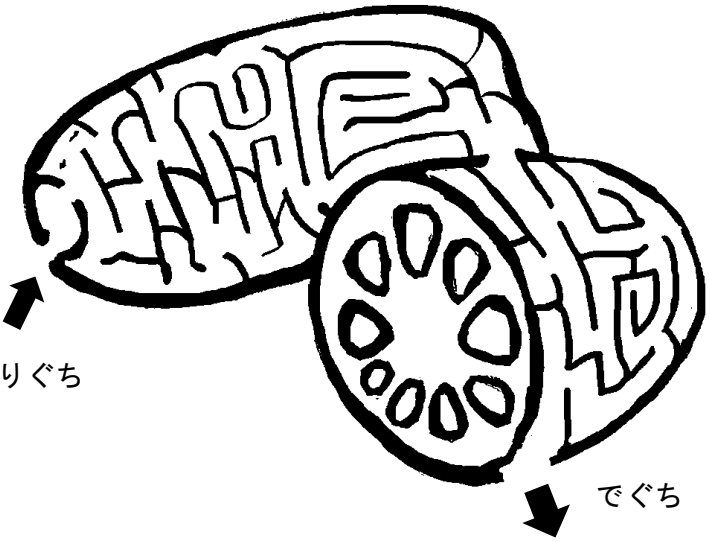
みどり野保育園

協力　一冨士フードサービス㈱

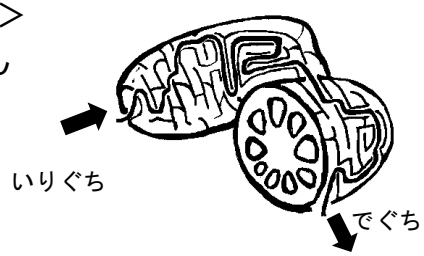
いまが おいしい たべもの「なまえ は なあに？」

あなが　いっぱい　あいてるよ

いぬくんとこあらくんが めいろに
はいっていくよ
まいごにならずに　でれるかな？



＜こたえ＞
れんこん



★今月のレシピ★

そぼろおにぎり
材料：３～４個分
米　１合
鶏ミンチ　６０ｇ
サラダ油　少々
濃口醤油　小さじ1
砂糖　小さじ1／2
みりん　小さじ1／2

作り方
① 米は通常通りに炊飯する。
② 鍋にサラダ油を熱し、鶏ミンチを炒める。ポロポロに炒まったら調味料を加えて汁気がなくなるまで煮る。
③ ①に②を加えて混ぜ、おにぎりを作る。