



令和2年度 認定こども園 中筋保育園

寒さが一段と増す時期となりました。セリッとした冷たい空気の中、子どもたちは白い息を吐きつつ元気に遊んでいます。もうすぐ節分。「鬼は外!福は内!」と子どもたちは豆まきをする準備も万端です。鬼と一緒にコロナウイルスをふきとばせるように、園でも手洗い・うがいを心がけ、楽しく過ごしていきたいと思ひます。

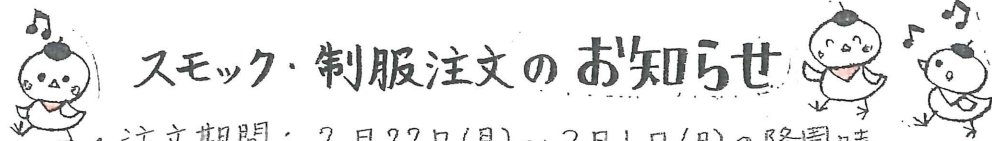
音楽会・生活発表会について

コロナ禍で延期になっている音楽会ですが、収束の兆しがみえないどころか感染が広がる一方なので、苦渋の決断をし、中止にさせていただきます。

※音楽会の合奏を収録したDVDを後日ご家庭に配布いたします。

また、2月27日(土)に予定の生活発表会も、安全を第一に考えて中止にさせていただきます。

残念ですがご理解・ご了承のほどよろしくお願いいたします。



スモック・制服注文のお知らせ

・注文期間: 2月22日(月)~3月1日(月)の降園時

・見本展示場所: ランチルーム

・対象児: あか・ももぐみ (みどり・ふじ・き・あおぐみの方も
必要な方はお申し込みください)

3月の行事予定



- ・3日(水) 体育教室参観 AM (しほA・しほBぐみ)
- ・4日(木) スイミング発表会 PM (き・あおぐみ)
- ・5日(金) 在園児健康診断 新入園児説明会
- ・9日(火) 英語教室参観 PM (き・あお・しほA・しほBぐみ)
- ・10日(水) 体育教室参観 AM (き・あおぐみ)
- ・11日(木) スイミング発表会 PM (しほA・しほBぐみ)
- ・25日(木) 卒園式 (各家庭1名の入室とさせていただきます)

*行事が新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止・変更となる可能性があります。ご了承ください。

日	曜	行事予定
1	月	衛生検査
2	火	豆まき 音楽リズムあそび(ももぐみ)
3	水	体育教室(き・あお しほA・しほBぐみ)
4	木	諸費納入日
⑤	金	
⑥	土	
8	月	衛生検査
9	火	英語教室(き・あお しほA・しほBぐみ)
10	水	体育教室(き・あお しほA・しほBぐみ) ↑ 身体測定
⑫	金	避難訓練 ↓
⑬	土	
15	月	衛生検査
16	火	英語教室参観(き・あお しほA・しほBぐみ)
17	水	体育教室(き・あお しほA・しほBぐみ)
18	木	スイミング(き・あおぐみ)
⑲	金	職員研修会 中筋小学校体験入学(しほA しほBぐみ)
⑳	土	
22	月	衛生検査
24	水	体育教室(みどり・ふじぐみ)
25	木	スイミング(しほA しほBぐみ) 習字教室(き・あおぐみ)
⑳	金	
㉑	土	

○印は布団・上靴持ち帰り日です

保育料・主食代・口座振替日
 2、3月分 3月1日(月)
 (2ヶ月分引き落としとなっています)
 ◎1月分は、2月1日(月)です
 ※金額をご確認の上、振替日までに
 ご入金をよろしくお願いいたします

令和3年度

2月

給食たより

	<月> 2月1日	<火> 2月2日	<水> 2月3日	<木> 2月4日	<金> 2月5日	<土> 2月6日
昼	ご飯 お豆腐たっぷり玉子焼き オーロラサラダ 味噌汁 (人参・キャベツ)	夕焼けご飯 天ぷら盛り合わせ (いわし・さつまいも・ブロッコリー) 味噌汁 (大根・あげ)	ご飯 鶏のクリーム煮 じゃが芋のカレー炒め コンソメスープ	ご飯 八宝菜 チンゲンサイの中華和え ワカメスープ	わかめご飯 あじの南蛮漬け 五目汁	ちゃんぽんうどん ほうれん草の和え物 オレンジ
おやつ	牛乳 ムーンライト	牛乳 節分豆	牛乳 雪の宿	牛乳 ジャムサンド	牛乳 マリービスケット	牛乳 ゆかりおにぎり
昼	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日
昼	ハヤシライス ポパイサラダ ヨーグルト	ご飯 さわらのマヨネーズ焼き バイクドポテト 味噌汁(白菜・人参)	ご飯 大根と鶏肉の煮物 (付) ゆで卵 ブロッコリーのおかが和え 味噌汁(ほうれん草・あげ)	建国記念日	チャーハン チャプチェ 中華風コーンスープ	きつねうどん かぼちゃサラダ りんご
おやつ	牛乳 星たべよ	牛乳 黄金パン	牛乳 エントリー	お休み	乳酸菌飲料 黒糖みるく	牛乳 わかめご飯おにぎり
昼	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日
昼	ご飯 酢鶏 れんこんさんぴら 味噌汁(たまご・ねぎ)	ご飯 肉野菜炒め かぼちゃのそぼろあんかけ 味噌汁(豆腐・とろろ昆布)	ご飯 魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁(白菜・ねぎ)	ロールパン 煮込みハンバーグ (付) 人参グラッセ スパゲティサラダ キャベツのスープ	青菜ご飯 たらちり鍋風 ポテトサラダ	あぶたま丼 チンゲンサイの和え物 味噌汁(えのき・キャベツ)
おやつ	牛乳 ビスコ	牛乳 ホットケーキ	牛乳 サブレ	牛乳 バナナきな粉	乳酸菌飲料 おにぎりせんべい	牛乳 ミニドーナツ
昼	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日
昼	チキンカレー マカロニサラダ リンゴのコンポート	天皇誕生日	ご飯 鮭のごまだれ焼き (付) 小松菜のソテー 切干大根の煮物 けんちん汁	ご飯 コロッケ (付) トマト 花野菜のサラダ コンソメスープ	炊き込みごはん 赤魚煮付け (付) インゲン 味噌汁(玉ねぎ・小松菜)	麻婆豆腐丼 白菜と竹輪の胡麻酢和え 春雨スープ
おやつ	牛乳 チョイス	お休み	牛乳 まがりせんべい	牛乳 チーズ蒸しパン	乳酸菌飲料 ラムネ	牛乳 パウムクーヘン

寒い時期にも…水分補給は必要です！

もうすぐ「立春」、暦の上では春を迎えようとしていますが、まだまだ寒い日が続きます。栄養のバランスの良い食事で抵抗力を高め、病気に負けない丈夫な体をつくりましょう。

さて、寒いとあまり意識することがないかもしれませんが、水分補給をこまめにしていますか？冬は乾燥しているため、体内の水分が失われやすくなります。

また、のどの乾燥が風邪の原因になることもあります。のどが潤いていなくても、こまめな水分補給を心がけることが大切です。

冷たい飲み物だと体が冷えてしまうので、暖かいお茶や白湯がおすすめです。

水分補給のタイミング

- *起きた時・寝る前
- *食事やおやつの時
- *運動をするときとその前後
- *入浴の前後
- *のどがかわく前に！

