

The PSYHOUI LETTER

PSYHOUI KINDERHEARTS



The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES -

Dec/ 12/ 2019

No. 00560 Free Newspaper

園だより - さいほうじレター -

園長：萩嶺 麗子

担当 溝口 志穂

E-mail: SaibouGroup@msl.com

早いもので今年も残り1ヶ月となりました。

12月は今年最後の大きな行事としてお遊戯会があります。

子ども達も楽しみながらお遊戯会に向けて練習を頑張っています。体調管理にも気を付けながら今年最後の行事を楽しみたいと思います！



☆ 今月の目標 ☆

- The PSYHOUI LETTER Prime -

にんにくじきゅう

忍辱持久 (教えを知り、みんなで努め励もう)



すみれ/

Class Violet

最後のお遊戯会をみんなで楽しむ



ひまわり/

Class Sunflower

楽しんでお遊戯の練習をする



さくら/

Class Cherry Blossom

お遊戯会に向けて練習に楽しく参加する



ばら/

Class Rose

練習に楽しんで参加し、お遊戯会を楽しむ

★おたんじょうびおめでとう★

・ばら組

2日

あおいちゃん

(3さい)

・職員

8日 犬童亮子先生

18日 瀬上弘美先生

23日 溝口志穂先生

29日 山頭由樹先生



・・・おねがい・・・

〈すみれ・ひまわり組〉

お遊戯会の練習が始まり、午睡しない日もあると思いますので、早めの就寝をお願いします。

・・・お知らせ・・・

12月29日(日)～1月3日(金)まで保育園はお休みとなります。ご家族でゆっくりと楽しいお正月休みをお過ごしください！ 新学期にみんなの笑顔が見れるのを楽しみにしています♪

良いお年を
お迎え下さい。



- The PSYHOUI LETTER Prime -
 西方寺認定こども園 園だより【さいほうじレター】

☆ 12月のスケジュール ☆

- The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime -

月/Mon	火/Tue	水/Wed	木/Thu	金/Fri	土/Sat	日/Sun
2	3	4 おにぎりの日 みなよむ号	5	6	7	8
9 安全訓練	10 予行練習	11	12 予行練習	13	14	15
16	17 やきいも会	18 誕生日会	19	20	21 お遊戯会	22
23	24	25	26 避難訓練	27 もちつき	28 保育納め	29
30	31					

3園合同
陸上交流会

11月9日 エコパーク運動競技場にて

応援ありがとうございました！！



すみれ・ひまわり組



七五三お祝会
&
誕生日会

おめでとうございます♥



さくら組

すみれ・ひまわり組

ばら組 (2~3歳児)

《お遊戯会に向けてのお願い》

子ども達の衣装を入れたりするために、紙袋が必要となります。

12月6日までに一人一袋ご準備をお願いいたします！！



なんとなく慌ただしい12月。子どもたちの生活リズムは、ふだんから大人に左右されがちですが、特に年末年始は生活リズムが乱れやすくなります。乳児期は特に、早寝・早起き、食事時間をきちんと決めるなど、意識して生活リズムを大切にするように心がけましょう。



寒い冬が旬のタラは、脂肪が少なくヘルシーな魚。さまざまな調理法でおいしく食べられますが、おすすめは鍋物。ほかの野菜といっしょにとることでバランス良く摂取することができます。



今がおいしい!
 タラとミカン

冬になると恋しくなるのがコタツとミカン。ミカンはビタミンCがそのままとれて免疫機能を高め、風邪の予防につながります。疲労回復の効果があるクエン酸も含まれています。



冬至にすること



一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんきん）を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれます。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。



お芋ほり

頑張って収穫
 しました!(^^)!





給食こんだて表

日	曜	行事	3歳未満児 おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	日				
2	月		牛乳 カステラ	ボークチュー コーンスープ パナ	牛乳 ココア蒸しケーキ
3	火		果汁 ウエハース	豚肉のソース炒め ごまあえ みそ汁	お茶 マカにあべかわ
4	水	おにぎりの日	牛乳 せんべい	ししゃも マカロニサラダ みそ汁	ミルク ビスケット
5	木		お茶 ミニゼリー	肉豆腐 白菜のごまあえ すまし汁	牛乳 カップケーキ
6	金		牛乳 黒棒	魚のみそフライ 野菜 みそ汁	フルーツヨーグルト
7	土		牛乳 ビスコ	サンドイッチ コーンスープ	牛乳 クッキー
8	日				
9	月	安全訓練	牛乳 コーンフレーク	親子丼 ごまあえ みそ汁 漬物	牛乳 ヨーグルトケーキ
10	火	予行練習	果汁 ビスケット	蛙のあかね焼き ひじき煮 みそ汁	お茶 大学芋
11	水		牛乳 野菜バー	八宝菜 大根サラダ かきたま汁	ミルク つなっこ
12	木	予行練習	お茶 もも缶	筑前煮 マヨネーズあえ みそ汁	牛乳 チーズサンド
13	金		牛乳 小魚チップ	すり身あげ ごまみそサラダ すまし汁	ヨーグルト せんべい
14	土		牛乳 ビスケット	ナポリタン スープ	牛乳 クラッカー
15	日				
16	月		牛乳 動物ヨーチ	ほうとう汁 切干大根の煮物 ミゼリー	牛乳 りんごの鉄板ケーキ
17	火	焼きいも会	果汁 クッキー	魚のピザ焼き 白菜のおひたし みそ汁	お茶 焼きいも
18	水	誕生日会	牛乳 リンゴジャムトド	お箸とコップを忘れずに...	牛乳 ケーキ
19	木		お茶 キャベチチーズ	かぼちゃのそぼろ煮 なたねあえ すまし汁	牛乳 コーンフレーク
20	金	設営	牛乳 スティックパン	鯖の竜田あげ サラダ みそ汁	ミルク ミニバウム
21	土	おゆうぎ会			
22	日				
23	月		牛乳 卵ボーロ	カレーライス フルーツサラダ 福神漬	牛乳 蒸しパン
24	火		果汁 クラッカー	千草焼き レストト すまし汁	お茶 炒り大豆のおこし風
25	水		牛乳 えびせん	肉じゃが 野菜サラダ みそ汁	ミルク 黒棒 チーズ
26	木	避難訓練	お茶 みかん缶	炒めビーフン 野菜 みそ汁 納豆	牛乳 ピザトースト
27	金	もちつき大会	牛乳 ビスコ	菜もち かきたま汁 漬物 みかん	ヨーグルト カレーサラダ
28	土	保育納め 	牛乳 野菜バー	ちゃんこうどん ミニゼリー	牛乳 ビスケット
29	日				
30	月				
31	火				
9か月～11か月				12か月～15か月	
歯ぐきでつぶせる固さ。全がゆ～やわらかごはん。 野菜などの食材を細かく刻んでやわらかくなるまで煮込む。				歯ぐきで噛める固さ。やわらかごはん～ごはん。 鉄分が不足しやすいので赤身の魚、レバーなど。 緑黄色野菜を多く。やわらかくなるまで薄味で煮込む。	