

# The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES - Dec 01/2021 No.00584 FreeNewspaper



## 園だより - さいほうじレター -

園長 萩嶺 麗子 担当 古川 浩司

E-mail: SaihoujiGroup@msn.com





寒さとともに色付いた銀杏等の落葉も始まり、冬を感じる季節になりました。子ども達はそんな寒さに負けじとかけっこ・体操を元気にやっています。また、今月 11 日にはお遊戯会も控えており、毎日お友達と一緒に楽器や劇の練習を頑張っていますので楽しみにしててください。



### ☆ 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	園最後の行事をを楽しむ。
	ひまわり/ Class Sunflower	行事に意欲的に参加する。
	さくら/ Class Cherry Blossom	行事に楽しんででに参加する。
	ばら/ Class Rose	戸外で遊び、体力をつける。

## クラスのようす



〈すみれ・ひまわり〉  
おゆうぎ、劇、合奏、歌、体操に英語、慌ただしく毎日練習を頑張っている子ども達です。

〈ばら〉  
お遊戯会に向けて、歌の練習やお遊戯の練習を楽しんでいます。本番をお楽しみに。

〈さくら〉  
ピアノの練習が始まり、楽しんで参加している子ども達です。色々な曲が弾けるようになるのが楽しみです。準備・片付けも自分で出来るようになりました



【ひまわり】  
2日 あおい ちゃん(5さい)





☆ 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
		1 おにぎりの日 みなよむ号来園	2	3	4	5
6	7 リハーサル	8	9 リハーサル	10	11 お遊戯会	12
13 職員会議 安全訓練	14	15 誕生会	16	17 避難訓練	18	19
20 職員研修	21	24	23	24	25 餅つき	26
27	28 保育納め	29	30	31		

★ お願い ★

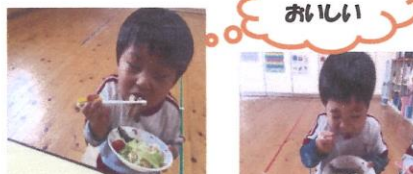
- ◆お遊戯会で衣装を入れるための紙袋 (ばら・さくら…1枚) (すみれ・ひまわり…2枚) まだ持たせておられないご家庭は、12/3 (金) までに持たせて下さい。
- ◆衣替えがあり、洋服が小さいお友達がいます。自分で着脱がしやすいものを着替えに入れて下さい。(フードのないもの、ヒラヒラしていないもの、活動しやすい服)
- ◆お遊戯会の練習をしており、お昼寝をしない日もあると思いますので、早めの就寝をお願いします。



秋の遠足



出発〜!



おいしい

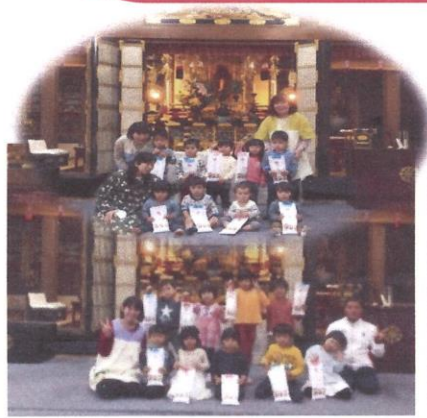
さんま焼き



焼きいも



七五三会



やられた〜

おめでとう〜

誕生会





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。

今年は  
12/22

## 季節を感じて楽しみましょう。 冬至にまつわる食べ物

### 冬至とはどんな日？

冬至は1年の中で昼がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。今年は12月22日です。冬至を過ぎると、日がだんだん長くなっていくので、太陽がよみがえる日とされ、よくないことが続いた後に、幸運が向いてくる未来への希望をつなぐ日とも考えられていました。

### ゆず湯に入るのはなぜ？

冬至にゆずを浮かべた風呂に入れば、かぜをひかないといういい伝えがあります。冬至を境に寒さはさらに厳しくなります。ゆずには、リモネンという精油成分が含まれ、体温上昇効果や保温効果があるといわれています。



### 行事食は？

冬至には、かぼちゃや小豆粥を食べる風習があります。かぼちゃを食べると中風にならず、かぜをひかないといわれています。小豆粥は、小豆の赤色が邪気を払うとされています。そのほか「ん」がつく食べ物を食べると運に恵まれるといわれています。

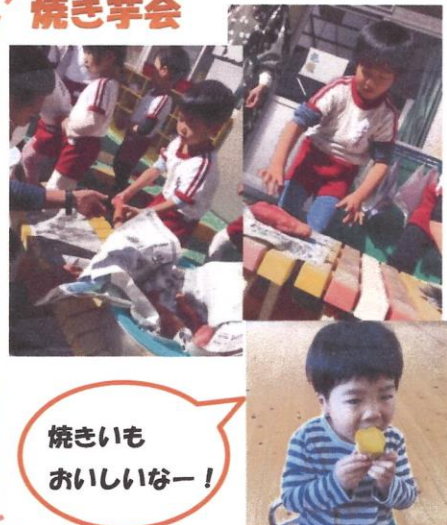


### サンマの炭火焼き



さんまをきれいに食べました!(^\_^)!

### 焼き芋会



焼きいも  
おいしいなー!





日	曜	行事	未満児おやつ	昼食	おやつ
1	水	おにぎりの日	牛乳 卵ポーロ	ししゃも マカロニサラダ みそ汁 スポロン	ミルク バナナ ビスコ
2	木		お茶 黒棒	かぼちゃのそぼろ煮 なたねあえ すまし汁	牛乳 カップケーキ
3	金		牛乳 クッキー	魚のみそフライ 野菜 みそ汁	牛乳 クラッカー
4	土		牛乳 せんべい	サンドイッチ フルーツヨーグルト	牛乳 ビスコ
5	日				
6	月		牛乳 小魚チップ	親子丼 ごまあえ 漬物 みそ汁	牛乳 ヨーグルトケーキ
7	火	リハーサル	果汁 ウエハース	鶏のマーマレード焼き 野菜 すまし汁	牛乳 ビスケット
8	水		牛乳 動物ヨーチ	八宝菜 大根サラダ かきたま汁	ミルク コア蒸しケーキ
9	木	リハーサル	お茶 みかん缶	肉豆腐 白菜のごまあえ みそ汁	牛乳 あげせん
10	金	設営	牛乳 野菜バー	すり身揚げ ごまみそサラダ すまし汁	ヨーグルト せんべい
11	土	おゆうぎ会			
12	日				
13	月	安全訓練	牛乳 丸ぼうろ	ポークシチュー コールスローサラダ バナナ	牛乳 りんごの鉄板ケーキ
14	火		果汁 クラッカー	千草焼き レタス トマト すまし汁	お茶 マカロニあべかわ
15	水	誕生会	牛乳 ビスコ	お箸とコップを忘れずに...	牛乳 ケーキ
16	木		お茶 チーズ	筑前煮 マヨネーズあえ みそ汁	牛乳 ピザトースト
17	金	避難訓練	牛乳 せんべい	かき揚げ ウィンナー 野菜 みそ汁	フルーツヨーグルト
18	土		牛乳 小魚チップ	ちゃんこうどん ミニゼリー	牛乳 ビスケット
19	日				
20	月		牛乳 ビスケット	ほうとう汁 切干大根の煮物 納豆	牛乳 蒸しパン
21	火		果汁 ラスク	魚のピザ焼き 白菜のおひたし みそ汁	お茶 大学芋
22	水		牛乳 カステラ	チャプチェ ちくわの照り煮 スープ	ミルク ミニバウム
23	木		お茶 ミニゼリー	肉じゃが 野菜サラダ みそ汁	牛乳 チーズサンド
24	金		牛乳 スティックパン	鯖の竜田揚げ サラダ みそ汁	ヨーグルト かりんとう
25	土	もちつき	牛乳 ウエハース	菜もち みかん	牛乳 野菜バー
26	日				
27	月		牛乳 リンゴジャムサンド	カレーライス フルーツサラダ 福神漬	牛乳 コーンフレーク
28	火	保育納め	牛乳 えびせん	鮭の西京焼き おひたし みそ汁	お茶 芋だんごもち
29	水				
30	木				
31	金				
9ヶ月～11ヵ月			12ヶ月～15ヶ月		
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 赤みの魚、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		