



# かがやけ☆光の子 1月号



ひかりのこライフ vol.21 ( 宣言 )

えう、ご期待!!

2020 (令和二) 年12月23日発行



新型コロナに振り回された2020年が暮れようとしています。皆さんが楽しみにしておられたクリスマス会も、あおりを受けて延期となりました。しかし、私たちは考えました。運動会のなかった今年度、どうかして我が子の成長ぶりをお父さん・お母さんに観て欲しい…観させてあげたいと。何故なら、長い通園自粛など過酷な育成条件にもかかわらず、皆それぞれに本当に素晴らしい成長を遂げてくれているからです。勿論、ご家庭でも我が子の成長には気付いておいでのこととは思いますが、社会場面で見せる子どもの顔は家庭とはまた、ひと味違っているんだろうと思います。と、言うことで、すでにご案内の通り、左図のマンガのように「新春☆生活発表会」を開催いたします。予告として皆が演じるキャラクターを題材に描こうとしましたが、「園長先生ダメです！ネタバレしてはいけません！」と先生たちから叱られてしまいました。なので、あえて演目とは全く関係のないキャラクターを描きました。観ていただければ分かりますが、兎に角、子どもたちみんな最高なんです。それぞれに一人ひとりの見せ場があって、職員の企画力には脱帽です。これ以上書くとネタバレしてしまいそうなんでもうやめますが、皆さん、どうぞご期待ください。

年末を前にGoToトラベルも停止となって、静かに過ごす年末年始となります。健康には十分留意して、年明け再び元気にお会いしましょう。

園長 山下 学



## 手遊び歌の紹介

各クラスで人気の手遊びです♪  
ご家庭でも遊んでみて下さい♪!



## 冬休みについて

12月26日～1月4日  
までは年末年始のお休みです！  
事故や怪我等には気をつけて  
お過ごし下さい。  
※緊急時の連絡は園長に  
お願いします。

090-8066-5469



## お知らせ

毎年、1月に予定していた保護者同伴のクッキング(ホットケーキ作り等)は、新型コロナウイルスの影響で中止となります。ご迷惑おかけしますがご理解をよろしくお願い致します。

『アンパンマンと  
バイキンマンがケンカした』  
※八兵衛さんと十兵衛さんの替え歌です



ぱんだぐらす



うさぎぐらす

『たこやきいっこ』



ひよこぐらす

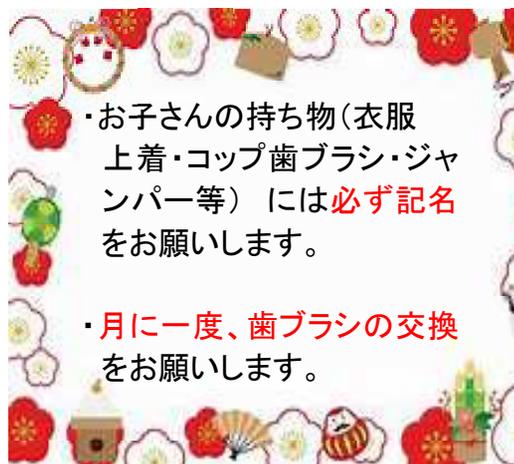
『糸まきのうた』

## 1月の予定

1日…元日  
12月26日～4日  
年末年始休暇  
5日…始園日  
11日…成人の日  
14日…父母連絡会  
23日…生活発表会  
(クリスマス会)

## 2月の予定

3日…節分  
4日…父母連絡会  
8日～26日  
個別懇談



・お子さんの持ち物(衣服  
上着・コップ歯ブラシ・ジャ  
ンパー等)には必ず記名  
をお願いします。

・月に一度、歯ブラシの交換  
をお願いします。



今年も1年間、  
ありがとう  
ございました。  
2021年も  
よろしく  
お願いします!



| 1月行事予定 |   |        | 保護者 | 献立予定   | おやつ                       | 主な材料  | エネルギー   | 食塩   |
|--------|---|--------|-----|--|---------------------------|---|---------|------|
| 1      | 金 | 年末年始休暇 |     |  |                           |   |         |      |
| 2      | 土 | 年末年始休暇 |     |  |                           |   |         |      |
| 3      | 日 | 年末年始休暇 |     |  |                           |   |         |      |
| 4      | 月 | 年末年始休暇 |     |  |                           |   |         |      |
| 5      | 火 | 始園日    |     | 冬野菜カレー シーチキンサラダ<br>スープ 牛乳                    | (手づくりおやつ)<br>フルーツポンチ      | 牛肉 かぼちゃ ごぼう カリフラワー<br>じゃが芋 さつまいも ほうれん草 人参   | 581kcal | 1.9g |
| 6      | 水 |        |     | 焼きそば 酢の物<br>レバーのケチャップ煮 きのことスープ 牛乳            | アシドミルク                    | 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし きゃべつ<br>天ぷら かにかま 卵 鶏レバー ごま    | 471kcal | 2.1g |
| 7      | 木 |        |     | うじら豆腐 きゅうりと竹輪の和え物<br>麦ご飯 すまし汁 牛乳             | フルーツ                      | 合ミンチ ゆで大豆 ちりめん ねぎ<br>竹輪 きゅうり たまご豆腐 もずく      | 479kcal | 1.1g |
| 8      | 金 |        |     | おでん風煮 いらこマヨネーズ<br>麦ご飯 味噌汁 牛乳                 | (手づくりおやつ)<br>ぜんざい         | 鶏肉 うずら卵 じゃが芋 こんにやく<br>厚揚げ 天ぷら いんげん 白菜 人参    | 599kcal | 0.9g |
| 9      | 土 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 10     | 日 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 11     | 月 | 成人の日   |     |  |                           |   |         |      |
| 12     | 火 |        |     | 豚肉のしょうが焼き スパゲティサラダ<br>麦ご飯 すまし汁 牛乳            | (手づくりおやつ)<br>スイートポテト      | 豚肉 もやし 玉ねぎ きゅうり 人参<br>ロースハム 卵 はんぺん えのき      | 542kcal | 1.5g |
| 13     | 水 |        |     | 切り干し大根の煮物 いらこマヨネーズ<br>ミニトマト 麦ご飯 味噌汁 牛乳       | (手づくりおやつ)<br>アップルゼリー      | 鶏肉 じゃが芋 たけのこ 干し椎茸<br>グリーンピース 厚揚げ 小松菜 ねぎ     | 473kcal | 0.8g |
| 14     | 木 | 父母連絡会  | ○   | 麻婆豆腐 ほうれん草のごま和え<br>麦ご飯 かき玉汁 牛乳               | (手づくりおやつ)<br>きな粉マカロニ      | 豚ミンチ 干し椎茸 玉ねぎ ゆで大豆<br>ほうれん草 きゅうり 卵 みつ葉 人参   | 522kcal | 1.3g |
| 15     | 金 |        |     | 鮭フライ さつまいもサラダ<br>ロールパン スープ 牛乳                | ジュース                      | 魚 さつまいも 人参 ロースハム 卵<br>きゅうり きゃべつ 玉ねぎ いちごジャム  | 594kcal | 1.9g |
| 16     | 土 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 17     | 日 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 18     | 月 |        |     | 豆腐ハンバーグ ひじきサラダ<br>麦ご飯 味噌汁 牛乳                 | ココア                       | 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ゆで大豆<br>かにかま ひじき きゅうり ちりめん      | 527kcal | 1.0g |
| 19     | 火 |        |     | 魚のごま味噌煮 ポテトサラダ<br>麦ご飯 すまし汁 牛乳                | (手づくりおやつ)<br>カップケーキ       | 魚 白ねぎ しめじ じゃが芋 きゅうり<br>卵 ロースハム かまぼこ 焼麩 えのき  | 545kcal | 1.4g |
| 20     | 水 |        |     | 鶏のから揚げ 五色なま酢<br>麦ご飯 味噌汁 牛乳                   | フルーツ                      | 鶏肉 人参 大根 干し椎茸 油揚げ<br>糸こんにやく いんげん 玉ねぎ ごま     | 493kcal | 0.5g |
| 21     | 木 |        |     | きつねうどん きんぴら<br>わかめご飯 ミントマト 牛乳                | プリン                       | ゆでうどん 油揚げ 玉ねぎ 人参<br>ごぼう 豚肉 干し椎茸 ピーマン ねぎ     | 527kcal | 1.4g |
| 22     | 金 |        |     | 三色ご飯 マカロニサラダ いらこマヨネーズ<br>さつまいも汁 牛乳           | (手づくりおやつ)<br>オレンジゼリー      | 鶏ミンチ 人参 ほうれん草 ねぎ 卵<br>ロースハム きゅうり さつまいも きゃべつ | 591kcal | 1.2g |
| 23     | 土 | 生活発表会  |     |  |                           |   |         |      |
| 24     | 日 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 25     | 月 |        |     | ミートスパゲティ マリネ<br>わかめスープ 牛乳                    | (手づくりおやつ)<br>コーンフレックスクッキー | 合ミンチ ピーマン 人参 玉ねぎ<br>レタス トマト きゅうり ホールコーン     | 523kcal | 1.9g |
| 26     | 火 |        |     | 豆腐ステーキ きゃべつのかか和え<br>ひじきご飯 すまし汁 牛乳            | フルーツ                      | 豚肉 もやし 干し椎茸 ひじき 人参<br>いんげん ゆで大豆 油揚げ ちりめん    | 524kcal | 1.3g |
| 27     | 水 |        |     | 魚のピカタ 切り干し大根のサラダ<br>メロンパン・食パン スープ フライドポテト 牛乳 | ジュース                      | 魚 卵 パセリ 切り干し大根 かに缶<br>ホールコーン きゅうり きゃべつ 人参   | 543kcal | 2.1g |
| 28     | 木 |        |     | スパニッシュオムレツ しらす和え<br>麦ご飯 ポトフ風スープ 牛乳           | ウエハース<br>ミニゼリー            | ベーコン じゃが芋 パプリカ 玉ねぎ<br>ブロッコリー ほうれん草 ウインナー    | 558kcal | 1.7g |
| 29     | 金 |        |     | ハヤシライス 和風サラダ<br>スープ 牛乳                       | (手づくりおやつ)<br>フルーツヨーグルト    | 牛肉 玉ねぎ 人参 豆腐 わかめ<br>ホールコーン きゅうり 大根 りんご      | 518kcal | 2.0g |
| 30     | 土 |        |     |  |                           |   |         |      |
| 31     | 日 |        |     |  |                           |   |         |      |