

行事予定・病後児保育利用日については、girasol保育園公式LINEにてご確認ください。
なお、クラスの行事予定については、各クラスLINEの行事予定をご確認ください。



令和 4年 2月 girasolだより



ひかり組

新年が始まり1ヵ月が経ちましたね。寒い日が続いていますが、ひかり組さんは毎日元気に過ごしていますよ。
今の時期にしかできない冬ならではの遊びもたくさん取り入れていきながら、風邪にも負けない強い身体を目指したい
と思います。
今年も様々なことを一緒に経験しながら、子ども達の心も身体も成長していけるように見守ってきたいと思います。

ほし組

寒さも一段と増してきましたが、ほし組さんは元気に過ごしています。感染症が増えてきて心配されますが、家庭との連携を密に取り
体調管理を十分にしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。室内で遊ぶことが増えてますが、子ども達は絵本に
集中したり手遊びやリズム遊びなど楽しんでいますよ。飽きないように好きな遊びをたくさん取り入れていきたいと思っております。また
予定されている発表会では泣かずに伸び伸びできるといいなと思っています。暖かく見守ってください。

つき組

「せんせーい、あれ着る〜！」と飾られた衣装を身に付け音楽が鳴ると飛んだり跳ねたりしながら発表会の練習をしていますよ。
生活面では年末から自分のお手拭きタオルや着替えをリュックに片付けることにも挑戦しています。出来ることが少しずつ増え、
ちょっぴりお兄さん、お姉さん気分です。また今年に入り2人のお友だちは進級してきましたよ。すっかり馴染んでみんな
でワイワイと楽しんでいます。

そら組

2022年が始まって早い事1ヶ月が経ちました。子どもたちは発表会に向けて、ダンスや歌を覚えることを頑張っていますよ！
また、進級に向けて歯磨きの練習や防寒着のチャックに挑戦しています。自分達でできることは見守りながらできた達成感を味わ
えるようにしています。寒い日が続いていますが、元気いっぱい身体を動かして風邪や病気に負けない体づくりをしていきますね。

たいよう組

「お父さん、お母さんに見てもらおう！」とはりきって発表会の練習をがんばっている子ども達です。特に、ダンスを気に入っている様子で、ご家庭でも歌ったり、
踊ったりして自主練習をしてくれているようです。まだまだ感染症が怖い季節ですね。たいよう組では朝のお集まりでハンカチを持参しているか確認したり、戸外
から帰ってきた後や給食前に手洗い・うがいをシールを貼ったりと意識づけを行っています。シールを貼ることを楽しみながら、手洗い・うがいが習慣化し、
感染症予防に繋がっていかれたらと思います。ハンカチのご準備よろしくお願い致します。

にじ組

年が明け、凧あげや、福笑い・めんこ遊び等正月遊びを楽しんだにじ組さん。そして、生活発表会に向けての練習も本格的にスター
トし、笑ったり、怒ったり、悔しがったり、様々な感情をいだきながら取り組んでいます。おともだちの頑張る姿が互いに刺激になるようで、
自らやってみようとする姿が多く見られるようになり、遊びの中でも、縄跳びや竹馬を持ってきて挑戦しています。製作活動では、テープやの
り・絵具等の素材を使い、特徴や用途を知ったり、考えていますよ。

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。そんな中でも子どもたちは
とっても元気！外遊びでは縮こまってしまう大人をよそに、冷たい風が吹いてきても
子どもたちは「わあ〜！」と風が体に吹き付ける様子を楽しんでます。

子どもも大人も体調を崩すことがないように手洗い、うがい等、感染症予防の対策
をしっかりとしていきますよ。

1月の子どもの様子



ししまいさんが来てくれたよ！



絵具で色を塗ったよ！何ができるかな！？



福笑いやおみくじ！お正月の遊びを楽しみました！



2月3日はは節分です★

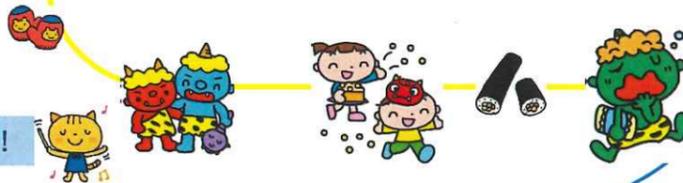
節分は「みんなが健康で幸せに過ごせますよに」
という意味を込めて、悪いものを追い出す日です。
「鬼は外、福はうち」と言いながら豆まきをしま
す。

泣き虫おに、おこりんぼうおに、やだやだお
に、...

皆の中にいるかもしれない鬼もまとめておいは
らってみましょう！

～恵方巻を食べよう～

節分の夜に、その年の恵方に向けて、願い事を
思いながら一言も話さずに食べると願いが叶う
とも言われています。



保健だより

子どもの皮膚の話

みずみずしく見える子どもの肌ですが、実は、大人よりも表面
を覆っている表皮が薄いので乾燥しやすいです。また、皮脂分
泌量も少ないため、バリア機能も低く、汚れや汗などの刺激で
すぐに荒れたりかぶれたりすることもあります。肌に合った保
湿剤をこまめに塗って水分や油分を補いましょう。ひどい場合
には皮膚科の受診をおすすめします。

空気感染・飛沫感染・接触感染によって広がります。
潜伏期間は2週間程度。

症状としては、顔や頭、首周り、胴体にかけて、赤みを帯びた発疹が多数出現します。発熱後に、発
疹・水疱が出てきてかさぶたになることが多いようです。
感染色が強く、予防手段はワクチン接種のみです。2014年からは定期予防接種となっているので、
今の園児の皆さんは全員が受けている(今後受ける)と思います。ワクチン接種をしても発症するこ
ともありますが、重症化しにくいと言われています。罹患した場合には出席停止となります。すべての
の発疹がかさぶた化してからの登園(医師の登園許可書が要)です。

みずぼうそうについて



2月献立表

離乳食		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食	おかゆ たらのあんかけ さつまいも 野菜スープ	おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のきょうもつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 バナナ	麦茶 おかゆ	麦茶 ふかしいも	麦茶 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ふかしいも	麦茶 ふかしいも
栄養成分	エネルギー(kcal) 250 kcal たんぱく質 8.1 g 脂質 0.6 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g	314 kcal 13.5 g 0.9 g 61.3 g 0.5 g	267 kcal 12.2 g 0.8 g 52.4 g 0.5 g	225 kcal 8.0 g 0.5 g 48.2 g 0.5 g	213 kcal 11.7 g 0.7 g 39.6 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	248 kcal 8.2 g 0.6 g 52.4 g 0.5 g	248 kcal 8.2 g 0.6 g 52.4 g 0.5 g
8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)		
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食	おかゆ ささ身のあんかけ さつまいも 野菜スープ	おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのきょうもつあん じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 じゃがいものマッシュ	麦茶 じゃこ雑炊	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
栄養成分	エネルギー(kcal) 238 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 0.7 g 炭水化物 45.6 g 食塩相当量 0.5 g	237 kcal 12.3 g 0.7 g 45.1 g 0.5 g	355 kcal 17.2 g 1.3 g 67.0 g 0.8 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	211 kcal 5.3 g 2.1 g 42.9 g 0.5 g	211 kcal 5.3 g 2.1 g 42.9 g 0.5 g
15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)		
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食	おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ さつまいも 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のきょうもつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 おかゆ	麦茶 ハイハイ	麦茶 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
栄養成分	エネルギー(kcal) 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g	315 kcal 9.3 g 0.7 g 66.3 g 0.5 g	230 kcal 7.7 g 0.5 g 48.3 g 0.6 g	237 kcal 8.3 g 0.6 g 50.9 g 0.5 g	207 kcal 5.3 g 2.1 g 42.0 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g
22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)		
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食	おかゆ ささ身のあんかけ さつまいも 野菜スープ	おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのきょうもつあん じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 じゃこ雑炊	麦茶 りんごのコンポート	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 じゃこ雑炊	麦茶 じゃこ雑炊
栄養成分	エネルギー(kcal) 270 kcal たんぱく質 12.0 g 脂質 0.8 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	355 kcal 17.2 g 1.3 g 67.0 g 0.8 g	230 kcal 7.8 g 0.6 g 49.3 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	324 kcal 10.2 g 2.7 g 63.6 g 0.7 g	324 kcal 10.2 g 2.7 g 63.6 g 0.7 g

2月献立表

幼児食		1日(火)	2日(水)	3日(木) 節分	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)
10時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 みかん	麦茶 米粉ロールクッキー	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
原食	玄米入りご飯 チキンカレー わかめともやしサラダ	玄米入りご飯 鮭のムニエル チョレギサラダ ほうれん草の味噌汁	玄米入りご飯 キンパ カレー炒め とうふのすまし	玄米入りご飯 ごまみそ煮 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁	玄米入りご飯 五目あんかけやきそば ほうれん草の味噌汁	牛丼 みかん	玄米入りご飯 ぶりの塩焼き ごぼうサラダ 里芋の味噌汁	玄米入りご飯 ぶりの塩焼き ごぼうサラダ 里芋の味噌汁
15時	麦茶 みかんゼリー	麦茶 中華おこわおにぎり	麦茶 鬼まんじゅう	麦茶 ケチャップライス	麦茶 お米リンゴタルト	麦茶 りんごゼリー	麦茶 りんごゼリー	黒酢 ふかしいも
栄養成分	エネルギー(kcal) 408 kcal たんぱく質 8.8 g 脂質 11.2 g 炭水化物 71.3 g 食塩相当量 1.3 g	405 kcal 17.8 g 11.5 g 56.9 g 1.3 g	426 kcal 16.3 g 14.6 g 59.3 g 1.2 g	429 kcal 16.4 g 10.7 g 66.1 g 1.5 g	428 kcal 10.9 g 14.3 g 63.8 g 0.9 g	371 kcal 13.7 g 10.2 g 57.6 g 0.5 g	389 kcal 13.5 g 9.4 g 62.2 g 1.4 g	389 kcal 13.5 g 9.4 g 62.2 g 1.4 g
8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	14日(月)バレンタインクッキング	
10時	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 みかん	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
原食	玄米入りご飯 油淋鶏 マセドアンサラダ ごぼうの味噌汁	玄米入りご飯 肉野菜炒め 納豆のじゃこあえ 大根の味噌汁	玄米入りご飯 大豆とひじきの煮物 きび団子 白菜の味噌汁	中華丼 もやし酢の物 わかめの味噌汁	玄米入りご飯 きゃべつとツナの Pasta ポパイスープ いちご	マーボー豆腐丼 りんご	チキンカレー わかめともやしサラダ	チキンカレー わかめともやしサラダ
15時	麦茶 日向夏 ソフトな小魚せんべい	豆乳 じゃがいももち	麦茶 じゃこチャーハン	麦茶 米粉サツマイモタルト	麦茶 芋けんぴ	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 豆腐のガトーショコラ	麦茶 豆腐のガトーショコラ
栄養成分	エネルギー(kcal) 389 kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 9.4 g 炭水化物 62.2 g 食塩相当量 1.4 g	401 kcal 21.4 g 11.6 g 53.7 g 1.4 g	474 kcal 19.3 g 15.4 g 63.8 g 1.3 g	368 kcal 14.6 g 9.3 g 57.8 g 1.1 g	416 kcal 13.1 g 10.5 g 67.7 g 1.5 g	463 kcal 15.1 g 18.3 g 59.1 g 0.7 g	417 kcal 8.6 g 11.4 g 73.2 g 1.3 g	417 kcal 8.6 g 11.4 g 73.2 g 1.3 g
15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)お誕生会		
10時	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
原食	玄米入りご飯 サバのみそ煮 小松菜の煮びたし きのこのすまし汁	玄米入りご飯 鮭のムニエル チョレギサラダ ほうれん草の味噌汁	玄米入りご飯 豚肉の生姜焼き ぶどう豆 根菜汁	玄米入りご飯 ごまみそ煮 ほうれん草のおかか和え わかめのみそ汁	生活発表会		牛丼 みかん	じゃこごはん 鶏肉のカレー揚げ きんぴらごぼう お吸い物 フルーツ盛り
15時	麦茶 みかんゼリー	麦茶 中華おこわおにぎり	麦茶 豆乳もち	麦茶 みかん ソフトな小魚せんべい	麦茶 りんごゼリー	麦茶 ぶどうゼリー	麦茶 ぶどうゼリー	麦茶 ぶどうゼリー
栄養成分	エネルギー(kcal) 378 kcal たんぱく質 13.4 g 脂質 13.2 g 炭水化物 51.3 g 食塩相当量 1.0 g	386 kcal 17.5 g 11.5 g 52.2 g 1.3 g	430 kcal 19.9 g 11.7 g 61.1 g 1.4 g	387 kcal 14.5 g 10.9 g 60.0 g 1.5 g	397 kcal 15.6 g 11.7 g 59.1 g 0.6 g	451 kcal 26.6 g 12.9 g 56.0 g 1.3 g	451 kcal 26.6 g 12.9 g 56.0 g 1.3 g	451 kcal 26.6 g 12.9 g 56.0 g 1.3 g
22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)		
10時	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 みかん	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
原食	玄米入りご飯 油淋鶏 マセドアンサラダ ごぼうの味噌汁	中華丼 もやし酢の物 わかめの味噌汁	玄米入りご飯 大豆とひじきの煮物 きび団子 白菜の味噌汁	玄米入りご飯 しいらの野菜あんかけ さっぱり酢の物 豆腐の味噌汁	玄米入りご飯 きゃべつとツナの Pasta ポパイスープ いちご	マーボー豆腐丼 りんご	玄米入りご飯 サバのみそ煮 小松菜の煮びたし きのこのすまし汁	玄米入りご飯 サバのみそ煮 小松菜の煮びたし きのこのすまし汁
15時	麦茶 日向夏 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉サツマイモタルト	麦茶 じゃこチャーハン	豆乳ココア りんご	麦茶 芋けんぴ	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 昆布の佃煮おにぎり	麦茶 昆布の佃煮おにぎり
栄養成分	エネルギー(kcal) 379 kcal たんぱく質 14.7 g 脂質 14.8 g 炭水化物 46.2 g 食塩相当量 1.2 g	407 kcal 17.4 g 10.4 g 62.9 g 1.4 g	408 kcal 18.3 g 11.8 g 56.3 g 1.5 g	395 kcal 24.7 g 9.0 g 55.4 g 1.5 g	416 kcal 13.1 g 10.5 g 67.7 g 1.5 g	463 kcal 15.1 g 18.3 g 59.1 g 0.8 g	373 kcal 14.4 g 7.3 g 60.4 g 1.5 g	373 kcal 14.4 g 7.3 g 60.4 g 1.5 g

※灰色で記載しているものは卵・乳・小麦を使用しています。



今月は、節分、バレンタイン、生活発表会
と行事がたくさんあります。
楽しみがたくさんな1ヶ月です！
行事がたくさんあるとついつい甘い食べ物、
ジュースなどを食べすぎてしまうかもしれません。
甘いものは、ほどほどに。
食事はよく噛んで食べましょう。
唾液の分泌は虫歯を予防してくれます。
甘いものを食べた後は、
うがいや歯磨きの習慣を身につけましょう！



【給食の行事予定】
2月3日(木) 節分
2月14日(月) バレンタインクッキング
2月19日(土) 生活発表会
2月21日(月) お誕生会

