



# 清水こども園だより



## 2月号

令和7年

2月1日発行

<発行> 社会福祉法人 清水保育園  
 幼保連携型認定こども園 清水こども園  
 〒252-0244 神奈川県相模原市中央区田名 2166-2  
 電話 042-762-1871 FAX042-762-1874  
 ホームページ <https://shimizuhokuen.com>



**2月のおやくそく**  
**「さむさにまけず からだをうごかして**  
**げんきにあそびましょう」**  
**2月のうた 「ふしぎなほけっと」**  
**2月のてあそび 「チョコレート」**

「寒いですね」という言葉が口癖のようになってしまった毎日ですが、私たちの気付かない所で小さい春は始まっているようです。いつの間にかほころんでいたウメが一輪、二輪と花を咲かせました。この小さな花がたくさん咲いて、子どもたちの鼻をくすぐるのももうすぐでしょう。寒さにじっと耐えた草木たちが、葉を伸ばし、花を咲かせるように、子どもたちにも一歩一歩着実に成長していったほしいと思っています。

2月は逃げる月といわれるだけに、あっという間に過ぎていきます。3月を控え、1日1日を大切に、子どもたち1人ひとりの育ちをしっかりと見つめていきたいと思います。



### <健康管理>

感染症予防のため、手洗い、うがいをしっかり行い、規則正しい生活を心掛けましょう。送迎の際には、園の出入りに設置してある消毒液で手指の消毒をお願い致します。お子さんにいつもより熱が高め、咳や下痢が出るなどの症状がある場合は、登園を控えるようお願い致します。



### <雪の日の準備について>

雪の降った日に戸外で雪遊びを楽しみたいと思いますので、上着、手袋、帽子、長靴等の防寒の準備をよろしくお願い致します。



### <バレンタインデーについて>

園内でのやりとりは、トラブルのもとになりますのでご遠慮ください。



### 法人創立50周年記念事業報告

30周年記念事業(20年前)で卒園児が埋設したタイムカプセルを12月14日(土)に掘り起こしました。当時の卒園児とその保護者も集まって、タイムスリップしたような不思議で楽しい時間となりました。タイムカプセルの中には、各自が書いた絵と将来の夢を撮影したDVDが入っており、皆で観賞し盛り上がりました。



### 2月の行事予定

- 3(月) 布団乾燥、豆まき ※はいチーズ撮影
  - 4(火) 広場「のび」
  - 5(水) 防災訓練、ベルマークの日
  - 6(木) 体操教室、身体測定(対象児)
  - 7(金) 保育参観(くま)10:00~12:00
  - 10(月) 思いやり集会
  - 12(水) 誕生会
  - 13(木) 英語で遊ぼう、広場「遊びランド」
  - 14(金) 保育参観(うさぎ)10:00~12:00
  - 17(月) 布団乾燥、体操教室 10:30 内科検診(対象児)
  - 18(火) キッズ保育園との交流(りす)
  - 19(水) 食育の日
  - 20(木) 体操教室
  - 21(金) 9:30 田名北小1年生との交流(ぞう)
  - 22(土) 令和7年度入園説明会、懇談会
  - 25(火) 進学小学校めぐり(ぞう・園バス)
  - 28(金) お別れ遠足(ぞう:愛情弁当)※はいチーズ撮影  
 <手作りおやつの日>3日:「フルーツロール恵方巻」  
 <食育の日>19日
- 保育参観についての詳細は、先日のメールを確認してください。  
 ※行事予定等は、今現在の予定です。今後の感染症等の状況に応じて変更となることがありますので、ご承知おきください。



### おしらせ

- ★新入園児のお知らせ  
 2/1 よりひよこ1歳児クラスに1名入園します。よろしくお願いいたします。
- ★年間計画予定の2/10 体操教室と2/17 思いやり集会の日程を入れ替えています。



- ★お別れ遠足(ぞう組)  
 2/28(金)「江ノ島水族館」(雨天同じ)  
 ※詳細は前日配布したプリントで確認して下さい。

- ★卒園式は3月22日(土)です。  
 昨年同様、ぞう組のみで開催予定です。土曜登園の方は、通常保育を行いますが、1人でも多くの職員が卒園式に参加できるよう、家庭保育にご協力いただける家庭はよろしくお願い致します。(詳細は別途ご案内します)







寒さや乾燥が一段と増してきて、雪の便りも聞かれる2月す。2月は節分がありますが、節分には季節を分けるという  
意味があります。季節の変わり目には体調を崩しやすいので、気をつけるという意味もあります。感染症が流行りやす  
い時期なので、毎日の食事をしっかり食べて、睡眠を十分とり、免疫力を高めて健康に過ごし、寒さを乗り切りましょ

う。節分を過ぎるともう「春」と言われますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」  
を過ぎて少しずつ春に近づいていきます。

さて、今月のメニューにも白菜、大根、かぶ等の冬野菜を使用し、体を温める献立になっています。

そして、3日の献立には節分にちなみおやつはフルーツロール恵方巻、14日はバレンタインデーなのでココアパウ  
ンドケーキのおやつになっています。みんなで楽しく季節を感じながら食べて欲しいと思います。

## 2025年の節分は2月2日です

例年は2月3日とされていますが、地球の公転周期によるズレの調整で、今年は1日早まります。

### 節分の豆、子どもが窒息する事故に注意しましょう！

節分で大豆を食べる機会がありますが、子どもがいる家庭は事故に注意が必要です。

「豆をのどに詰まらせて救急搬送された」との報告が消費者庁に多く届いています。

子どもののどは未発達なため、食べ物が食道  
でなく気管に誤って入りやすく、特に豆類は窒  
息するおそれがあるという。消費者庁は「3歳ご  
ろまでは乾いた豆・ナッツ類は食べさせないよ  
うに」と注意を呼びかけている。



#### <事事故例>

- ◆ 「節分の残りの大豆を食べた後から息がぜいぜいし、夜も眠れなかったため、病  
院で全身麻酔をして気道から異物を除去した。大豆の破片が摘出され、5日間入  
院した」(1歳児)
- ◆ 「のどにピーナッツが詰まって顔色が悪くなった。親があわてて背中をたたいた  
り、指を口に入れたりして丸1個吐き出したが、咳き込んで息がぜいぜいするため  
救急要請した」(1歳児)

### 恵方巻きの由来

節分といえば恵方巻きも忘れてはなりません。恵方巻きを食べる文化は比  
較的新しいものですが、ご存知の通り今では全国的に広まっています。  
恵方巻きは元々は関西地方の風習で、七福神にちなんで7種類の具材を巻き  
込んだ太巻きを食べるのが特徴です。この風習は「恵方」と呼ばれるその  
年の縁起の良い方向を向きながら無言で食べることで福を呼び込むとされ  
ています。

現代では、スーパーやコンビニで手軽  
に購入できるようになり、家族や友人  
と楽しむイベントとしても定着してい  
ます。

2025年の節分における恵方は「西南  
西」です。この方角は、歳徳神（とし  
とくじん）と呼ばれる神様がいますとさ  
れる方向で、福を呼び込むとされてい  
ます。



今年の恵方は  
「西南西」

#### <2月の連絡・お願い事項>

- 手作りおやつ3日（月）  
「フルーツロール恵方巻」
- 食育の日 19日（水）

#### <たくわんが完成>

令和6年12月に、園で収穫し  
た大根を使ってみんなで漬け  
込んだたくわんの完成時期を  
迎えたので、1月17日（金）  
に漬物たるの開封を行い、出来  
栄えの確認をしたところ、美味  
しそうなたくわんが完成して  
いました。衛生面を考え生での  
試食は行わず、その後油いため  
にして給食の中でおいしくい  
ただいています。

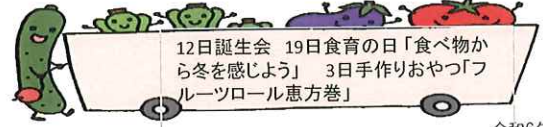
また、漬物は、昔の人の知恵が  
詰め込まれた保存食であるこ  
とを伝えました。





令和7年  
2月

# こんだてひょう



令和6年度 清水こども園

日	曜	午前 おやつ (乳児)	昼食献立名		午後 おやつ	材料と体内での働き		
			主食	副食		力や体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ 大根ときゅうりおろし みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油	鶏肉 みそ 牛乳	ねぎ 生姜 レモン 大根 きゅうり 玉ねぎ わかめ
3	月	星たべよ 麦茶	ごはん	チリコンカーン キャベツのごま酢あえ みそ汁(ふ・もやし)	☆恵方巻フルーツロール 牛乳	米 油 ごま 砂糖 ふ パン クリーム	大豆 豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく トマト キャベツ きゅうり もやし バナナ フルーツ缶
4	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	ポークカレー ひじきの炒り煮 フルーツ(オレンジ)	サッポロポテト 豆花クッキー(幼児) 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖	豚肉 牛乳 油あげ	玉ねぎ 人参 グリーンピース ひじき オレンジ
5	水	みかん缶 麦茶	食パン	チーズハンバーグ 小松菜のツナ和え スープ(コーン・人参)	☆混ぜ込みいなり 牛乳	パン 片栗粉 米 砂糖 ごま	豚肉 牛乳 スキムミルク チーズ ツナ 油あげ	玉ねぎ 小松菜 みかん 人参 のり コーン
6	木	ポーロ 麦茶	ごはん	すき焼き風煮 春雨ときゅうりの酢の物 みそ汁(もやし・玉ねぎ)	☆人参蒸しパン ジョア	米 油 砂糖 はるさめ ホット ケーキの素	豚肉 豆腐 みそ 豆乳 ジョア	白菜 えのき茸 ねぎ きゅうり 人参 わかめ もやし 玉ねぎ
7	金	アンパンマンソフトせ ん 麦茶	ラーメン	鶏肉の照り焼き 大根とツナの和風サラダ ラーメンスープ(みそ)	☆ケチャップごはん 牛乳	中華麺 油 砂糖 米	鶏肉 ツナ 豚肉 みそ 牛乳 ウインナー	大根 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ ねぎ わかめ 生姜 にんにく
8	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉と大根の甘辛煮 お浸し(もやし・きゅうり) みそ汁(ふ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 糸けつり みそ 牛乳	大根 玉ねぎ 人参 もやし きゅうり わかめ
10	月	星たべよ 麦茶	ごはん	肉じゃがが 海藻のサラダ みそ汁(かぶ)	☆ヨーグルト蒸しパン 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま ホットケーキの素	豚肉 ツナ ヨーグルト みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり ひじき わかめ かぶ
12	水	みかん缶 麦茶	カレーピラフ	エビフライ コールスロー スープ(わかめ・えのき)	ケーキ 牛乳	米 油 バター 小麦粉 パン粉 砂糖	鶏肉 えび 魚肉ソーセージ 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース みか ん キャベツ えのき茸 わかめ
13	木	ポーロ 麦茶	ごはん	鮭の照り焼き 大豆とひじきの煮物 みそ汁(あげ・玉ねぎ)	ヨーグルト 星たべよ 牛乳	米 油 砂糖	鮭 大豆 みそ 油あげ ヨーグルト 牛乳	人参 ひじき 玉ねぎ
14	金	アンパンマンソフトせ ん 麦茶	ごはん	鶏肉のバーベキューソース ミモザサラダ みそ汁(わかめ・かぶ)	☆ココアパウンドケーキ 牛乳	米 砂糖 油 ホットケーキの素 バター	鶏肉 みそ スキムミルク 牛 乳	生姜 バン 玉ねぎ ほうれん草 きゅうり コーン わかめ かぶ
15	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 キャベツとみかんのサラダ みそ汁(ふ・玉ねぎ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油 ふ	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり みかん
17	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豆腐のミートローフ もやしとキャベツの中華あえ わかめの生姜スープ	☆メロンパントースト 牛乳	米 片栗粉 砂糖 バター 油 パン粉 バン 小麦粉	豆腐 鶏肉 牛乳	玉ねぎ ひじき 生姜 キャベツ もやし 人参 わかめ ねぎ
18	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	かじきの治部煮 切干大根のごまサラダ みそ汁(豆腐・なめこ)	☆ポテトドーナツ 牛乳	米 砂糖 小麦粉 ごま マヨネーズ じゃが芋 油 粉砂糖	かじき鮓 みそ 豆腐 豆乳 牛乳	切干大根 きゅうり 人参 コーン なめこ
19	水	みかん缶 麦茶	ごぼうのク リームスパゲ ティ	かぼさつサラダ スープ(コーン・ねぎ)	☆パンピングケーキ 牛乳	スパゲティ 小麦粉 さつまいも バター クリーム マヨネーズ 油 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 豆乳 チーズ 牛乳	ごぼう 玉ねぎ 人参 小松菜 かぼ ちゃ きゅうり レーズン ねぎ コーン
20	木	ポーロ 麦茶	ごはん	キーマカレー(挽肉カレー) グリーンサラダ ゼリー	☆ポップコーン(幼児) アスパラガス(乳児) 牛乳	米 じゃが芋 油 マヨネーズ 砂糖	豚肉 牛乳 ツナ	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり コーン
21	金	アンパンマンソフトせ ん 麦茶	ごはん	白身魚の香味フライ キャベツのサラダ みそ汁(あげ・ねぎ)	☆くるくるウインナーパイ(幼 児)チーズスティックパイ(乳 児)牛乳	米 小麦粉 卵粉 油 砂糖 パインシート	ホキ ツナ みそ チーズ 油あげ ウインナー 牛乳	青のり キャベツ きゅうり ねぎ
22	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のマーマレード煮 キャベツとコーンのサラダ スープ(玉ねぎ・人参)	セレクト 牛乳	米 マーマレード 油 砂糖	鶏肉 牛乳	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ 人参
25	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	肉団子のコーン蒸し 春雨の中華サラダ 中華スープ	☆焼きそば 牛乳	米 片栗粉 はるさめ 油 砂糖 中華麺	豚肉 魚肉ソーセージ 牛乳	干椎茸 ねぎ 生姜 コーン キャベ ツ きゅうり もやし 人参 わかめ
26	水	みかん缶 麦茶	うどん	ささみの天ぷら キャベツともやしのごまサラダ すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆りんごジャムサンド 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 ごま バン ジャム	鶏肉 かまぼこ 牛乳	青のり キャベツ もやし 人参 ねぎ
27	木	ポーロ 麦茶	ごはん	豚肉とキャベツの炒め物 大根のごまサラダ みそ汁(じゃが芋・あげ)	☆ウインナーとコーンの蒸し パン 牛乳	米 油 砂糖 ごま じゃが芋 ホットケーキの素	豚肉 みそ 油あげ 豆乳 ウインナー 牛乳	生姜 キャベツ 大根 人参 わかめ コーン
28	金	アンパンマンソフトせ ん 麦茶	食パン	ポークシチュー スパゲティサラダ フルーツ(バナナ)	☆わかめごはん 牛乳	パン じゃが芋 油 バター 小麦粉 砂糖 スパゲティ マヨネーズ 米	豚肉 魚肉ソーセージ 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト グリーンピース キャベツ きゅうり バナナ わかめ

平均 乳児食(基準献立) エネルギー455kcal たんぱく質17.7g 脂質15.0g 食塩相当量1.5g  
栄養価 幼児食(基準献立) エネルギー531kcal たんぱく質21.8g 脂質17.6g 食塩相当量1.8g

・☆印は手作りおやつの日です。完了期提供は次の通りです。ごはん類→軟飯 揚げ物→蒸し焼き 食パン→耳なし  
市販ケーキやお米deタルト ※食材によっては刻み提供  
・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。

# 離乳食献立表

令和7年2月

日	曜	6カ月～7カ月	8ヶ月～9カ月	10カ月～12ヶ月
1	土	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 大根 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 大根 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 大根 玉ねぎ)
3	月	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ きゅうり キャベツ)	おかゆ みそ汁 トマト煮(大豆 玉ねぎ きゅうり キャベツ)	おかゆ みそ汁 トマト煮(大豆 玉ねぎ きゅうり キャベツ)
4	火	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ じゃがいも 人参)	おかゆ スープ だし煮(ツナ 玉ねぎ じゃがいも 人参)	おかゆ スープ だし煮(ツナ 玉ねぎ じゃがいも 人参)
5	水	パンがゆ だし汁 スープ煮(小松菜 玉ねぎ 人参)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ 小松菜 玉ねぎ 人参)	パン スープ スープ煮(ツナ 小松菜 玉ねぎ 人参)
6	木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 白菜 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ 白菜 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ 白菜 人参)
7	金	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 きゅうり 人参)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 大根 きゅうり 人参)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 大根 きゅうり 人参)
8	土	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 大根 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ きゅうり 大根 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ きゅうり 大根 人参)
10	月	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも かぶ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも かぶ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも かぶ 人参)
12	水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)
13	木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 玉ねぎ 人参)
14	金	おかゆ だし汁 スープ煮(ほうれん草 かぶ きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 ほうれん草 かぶ きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 ほうれん草 かぶ きゅうり)
15	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ きゅうり)
17	月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参)
18	火	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき じゃがいも 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき じゃがいも 人参 きゅうり)
19	水	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 かぼちゃ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ)
20	木	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 人参 キャベツ)	おかゆ スープ 甘辛煮(ツナ じゃがいも 人参 キャベツ)	おかゆ スープ 甘辛煮(ツナ じゃがいも 人参 キャベツ)
21	金	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 きゅうり キャベツ)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 きゅうり キャベツ)
22	土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ きゅうり 玉ねぎ)
25	火	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(ツナ きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(ツナ きゅうり 人参)
26	水	うどん だし汁 スープ煮(キャベツ 人参)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参)
27	木	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 大根 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 大根 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 大根 人参)
28	金	パンがゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ 人参)	パンがゆ スープ トマト煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)	パン スープ トマト煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)

・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。とろみをつける為に、じゃがいもを使用しています。