



清水こども園だより

12月号

令和7年

12月1日発行

今年は早くからインフルエンザが猛威を振るっています。胃腸炎や溶連菌などの感染症もみられます。今後も消毒、換気等の基本的な対策は継続しながら、少しでも子どもたちに有意義な体験が出来るような活動を考えていきたいと思いますのでご理解とご協力をお願いします。

冬の外遊びは、寒さに対する抵抗力をつけ、風邪をひかない体をつくるためにも大切です。体調の変化に充分気を配りながら、活動していきたいと思います。

今月も「クリスマス」「もちつき」等、楽しい行事が沢山です。その時季ならではの風物を見たり、ふれたりする経験を積み重ねていけたらと思います。



<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>



<http://shimizuhokuen.com>

お知らせ

<田名合唱祭>

田名地区社会福祉協議会主催により、歌や音楽を通して地域の一休感をめしし団体同士の交流・連携を深める目的として開催されます。

どう組が参加します。

日時: 令和7年12月6日(土) 13:30~

場所: 田名公民館

駐車場: 公民館、JA 相模原市田名支店

おねがい

★連絡なしで欠席の場合は、安否確認の徹底のため園から電話をさせていただきますが、保育に支障が出てしまうため、お休みの場合は必ず連絡をお願いします。

★ 駐車場やグラウンドでの保護者の方の立ち話の姿を見かけます。その間のお子さんは自由に遊んでいて危険な状況を目にすることもあります。登降園時は遊ばない、保護者の方と一緒に出入りする、インターフォンやドアの鍵の開け閉めは大人が行うとの約束を子どもたちとしています。これらの行為を見かけた場合は、声をかけさせていただきます。なお、駐車場で起きた事故やトラブルに関しては、園では責任は負いません。ご了承ください。

★ 雪の降った日は様子で雪あそびをします。ジャンパー・手袋・帽子・長ぐつを用意して下さい。

(ひよこ組は、現在持っていれば持ってきて下さい)

★ 毎年、日が短くなるこの時期に、車上荒らしが発生する傾向があります。また、エンジンをかけたまま車を離れる方も見受けられます。安全・防犯上危険ですので送迎駐車時には各自充分に注意して下さい。

★ 12/29~1/3 は休園(1号も同様)となり、年末年始の長いお休みになります。規則正しい生活を心掛けて下さい。又、親子のスキンシップをたっぷりして下さいね。



保健だより

インフルエンザの他、新型コロナウイルス、胃腸炎等の感染流行がまだまだ心配されます。手洗い・うがい等の感染予防策を励行していきましょう。ご家族の方が感染症にかかってしまった場合はお知らせ下さい。感染拡大防止のため、出来るだけ家庭保育の協力をお願いします。

★ 毎年、この時期は下痢、嘔吐が流行します。熱がなくても下痢、嘔吐は体力を消耗し、大人でも辛いものです。早めに医療機関を受診するようお願いいたします。

今月の予定

- 1(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
- 3(水) 広場「のび」、防犯教室(午前)
- 4(木) 英語で遊ぼう(くま・ぞう)
- 5(金) 消防署見学(ぞう)、ベルマークの日
- 6(土) 田名合唱祭(ぞう: 田名公民館 13:30~)
- 8(月) 布団乾燥
- 9(火) 秋の遠足(ぞう: 4園合同ミニ運動会・愛情弁当)
- 10(水) 大根収穫予定(ぞう)、防災訓練
- 11(木) 秋の遠足予備日(ぞう)
- 12(金) 園バス(くま)、キッズ交流
- 15(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
- 18(木) たくわん漬
- 19(金) 食育の日、キウイジャム作り(ぞう) 手作りおやつ
- 23(火) 異年齢児活動、布団乾燥
- 24(水) クリスマス誕生会
- 26(金) 餅つき見学※はいチーズ撮影、ピカピカデー
- 28(日)~4(日) 年末年始休み



園で収穫したキウイを使用します
<24日(水) クリスマス誕生会>
こども園にサンタクロースがプレゼントを持ってやってきます。サンタクロースとの交流を楽しみます。

○12月のおやくそく

★きせつのぎょうじをたのしみましょう

○12月のうた

★あわてんぼうのサンタクロース

○12月のてあそび

★サンタクロースはいそがしい

歳末助け合い共同募金への協力をお願い

事務所前に募金箱を設置しますのでご協力をお願いします。(12/1~)



早いもので、今年も残り一ヶ月となりました。子ども達は入園・進級してから、たくさんのことができるようになり、日常の様々な場面で成長を感じられるのではないのでしょうか。感染症が流行しやすい時期ですが、適度な運動と栄養のある食事、睡眠をとって体力をつけ、元気に新年を迎えるための準備ができるといいですね。

さて、季節の食材にふれる・味わうとの観点から、今月は大根、白菜、かぶなどの旬の食材を使用し、体が温まる献立になっています。

そして、24日のクリスマス誕生会の日は、クリスマスにちなみ、お星さまの形のハンバーグを使用しています。年に一度のイベントですので、お友だちや先生と楽しみながら食べていただけたら嬉しいです。

<わんぱく農園だより>

<さつま芋ほり>

11月5日(水)園のわんぱく農園でりす組・うさぎ組・地域、農協の営農センターでくま組・ぞう組がさつま芋ほりを楽しみました。大きなさつま芋を掘り起こし、こどもたちは笑顔いっぱいでした。



<12月の予定>

- たくわん用大根収穫 10日(水) ぞう組
- たくわん漬 18日(木)
- 食育の日 19日(金)
「食べ物から季節を感じよう」
「キウイジャムづくり」ぞう組
手作りおやつ
「キウイジャムヨーグルト」
- 餅つき見学 26日(金)



<秋の収穫祭>

11月19日(水)に食育活動の集大成として、秋の収穫祭を行いました。わんぱく農園で収穫したさつま芋で焼き芋パーティーや園庭で収穫したお米の飯ごう炊飯、具たくさん汁づくり、ぞう組はキウイ収穫と食育満載の一日となりました。



令和7年
12月

こんだてびょう



令和7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	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉とねぎの炒め煮 和風ポテトサラダ みそ汁(大根・もやし)	バナナ サッポロポテト(乳 児) クラッカー(幼児) 牛乳	米 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	豚肉 ツナ みそ 牛乳	玉ねぎ 長ねぎ きゅうり 人参 もやし 大根 バナナ
2	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	豆腐ナゲット 人参のクリームサラダ みそ汁(あげ・白菜)	☆マーブルクッキー 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ 小麦粉 バター	豆腐 鶏肉 ヨーグルト みそ 油あげ 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン 白菜
3	水	みかん缶 麦茶	ごはん	ポークチャップ おかか和え(もやし・人参) みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	☆おふラスク 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ふ バター	豚肉 糸揚げ みそ 牛乳	玉ねぎ にんにく トマト みかん も やし きゅうり 人参 わかめ
4	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	さばの煮魚 ひじきサラダ けんちん汁	☆スイートポテト 牛乳	米 砂糖 油 さといも さつ まいも バター クリーム	さば ツナ 鶏肉 豆腐 牛乳	生姜 ひじき もやし きゅうり 人参 大根 ごぼう 長ねぎ
5	金	ボーロ 麦茶	ラーメン	鶏肉のごまみそ焼き 大根とツナの和風サラダ ラーメンスープ(醤油)	☆鮭ごはん 牛乳	中華麺 砂糖 ごま 油 米	鶏肉 みそ ツナ 豚肉 鮭 牛乳	大根 きゅうり 人参 長ねぎ わかめ 生姜 コーン
6	土	セレクト 麦茶	ごはん	肉じゃが キャベツときゅうりの甘酢あえ みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ふ	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり 長ねぎ
8	月	星たべよ 麦茶	ごはん	キーマカレー 大根の炒め煮 ゼリー	☆焼きうどん 牛乳	米 じゃがいも 油 うどん 砂糖	豚肉 牛乳 さつま揚げ	玉ねぎ 人参 もやし キャベツ 大根
9	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	豆腐ステーキそぼろあん もやしときゅうりのおかか和え みそ汁(なめこ・ねぎ)	☆ミートパイ 牛乳	米 小麦粉 油 砂糖 片栗粉 パイシート	豆腐 鶏肉 糸揚げ みそ 牛乳	玉ねぎ ピーマン もやし きゅうり 人参 なめこ 長ねぎ
10	水	みかん缶 麦茶	ごはん	みそ豚 ほうれん草の胡麻和え すまし汁(かまぼこ・あさつき)	☆ジャムサンド(リンゴ) のむヨーグルト	米 油 ごま 砂糖 パン ジャム	豚肉 みそ かまぼこ のむヨーグルト	長ねぎ キャベツ ほうれん草 人参 あさつき みかん
11	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	かじきのケチャップ和え 大根ときゅうりの中華和え わかめの生姜スープ	☆ヨーグルトケーキ 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ホッ トケーキの素	かじき鮭 ヨーグルト 牛乳	生姜 大根 きゅうり 人参 わかめ 長ねぎ
12	金	ボーロ 麦茶	ごはん	すき焼き風煮 パンサンスー みそ汁(かぶ)	☆マカロニきなこ 牛乳	米 油 砂糖 はるさめ マカロニ	豚肉 豆腐 みそ 牛乳 きなこ	白菜 えのき茸 長ねぎ きゅうり 人参 コーン かぶ
13	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉の甘辛煮 キャベツともやしのドレッシングあえ みそ汁(ねぎ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ピーマン キャベツ もやし 人参 わかめ 長ねぎ
15	月	星たべよ 麦茶	ごはん	焼肉 お浸し(キャベツ・人参) 相性汁	☆お豆腐パン(ジャム) 牛乳	米 油 さつまいも ホットケーキの素 砂糖 ジャム	豚肉 糸揚げ みそ ウインナー 牛乳 豆腐	生姜 にんにく 玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参
16	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉のカレー風味炒め もやしときゅうりの甘酢和え みそ汁(えのき・小松菜)	お米deタルト サッポロポテト (乳児)クラッカー(幼児) 牛乳	米 油 マヨネーズ 砂糖	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 えのき茸 小松菜
17	水	みかん缶 麦茶	食パン	ツナグラタン キャベツとパインのサラダ スープ(ウインナー・ねぎ)	☆おかかごまごはん 牛乳	パン マカロニ 油 小麦粉 バター パン粉 砂糖 米 ごま	ツナ 牛乳 粉チーズ ウインナー 糸揚げ	玉ねぎ キャベツ きゅうり パイン 長ねぎ みかん
18	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	ポークカレー グリーンサラダ フルーツ(みかん)	☆大学トースト 牛乳	米 じゃがいも 油 ごま バター パン 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 みかん
19	金	ボーロ 麦茶	もち麦ごはん	鶏肉の香味揚げ キャベツとツナのサラダ あったかミネストローネ	☆キウイジャムヨーグルト 豆 花クッキー(乳児)サッポロポ テト(幼児) 牛乳	米 砂糖 油 じゃがいも マカロニ 片栗粉	鶏肉 ツナ ウインナー ヨーグ ルト 牛乳	生姜 にんにく 青のり キャベツ きゅうり 玉ねぎ れんこん 人参 トマト キウイ
20	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き キャベツの塩昆布和え みそ汁(ふ・もやし)	セレクト 牛乳	米 油 ふ	豚肉 みそ 牛乳	生姜 玉ねぎ キャベツ こんぶ もやし
22	月	星たべよ 麦茶	ごはん	カレーのごまだれ焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁(大根・えのき)	☆バナナケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ごま ホットケーキの素	かれい 納豆 糸揚げ みそ 豆腐 牛乳	ほうれん草 人参 大根 えのき茸 バナナ
23	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	豚肉とキャベツの炒め物 海藻サラダ みそ汁(あげ・玉ねぎ)	たべっこbaby アンパンマン ソフトせん(幼児) のむヨーグルト	米 油 ごま 砂糖	豚肉 ツナ みそ 油あげ のむヨーグルト	生姜 キャベツ きゅうり 人参 ひじき わかめ 玉ねぎ
24	水	みかん缶 麦茶	ウインナーピ ラフ	お星さまハンバーグ スパゲティサラダ スープ(コーン・わかめ)	クリスマスゼリー 星たべよ 牛乳	米 油 砂糖 スパゲティ マヨネーズ	ウインナー 豚肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ みかん きゅうり コーン わかめ
25	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	食パン	ホワイトシチュー フレンチサラダ ゼリー	☆ココアバウンドケーキ 牛乳	パン じゃがいも 油 ホッ トケーキの素 バター 小麦粉 砂糖	鶏肉 牛乳 スキムミルク	玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり みかん レーズン
26	金	ボーロ 麦茶	うどん	さつまいものかき揚げ もやしときゅうりのサラダ すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆わかめご飯 牛乳	うどん さつまいも 小麦粉 油 砂糖 米	ウインナー 魚肉ソーセージ かまぼこ 牛乳	玉ねぎ ピーマン 人参 もやし きゅうり 長ねぎ わかめ
27	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ 浅漬け(キャベツ・きゅうり) みそ汁(ふ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 ごま油 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	長ねぎ 生姜 レモン キャベツ きゅうり わかめ

平均 乳児食(基準献立) エネルギー467cal たんぱく質17.9g 脂質15.7g 食塩相当量1.5g
栄養価 幼児食(基準献立) エネルギー544kcal たんぱく質22.0g 脂質18.2g 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 ※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12月

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

・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。