



令和8年 2月 上鳥羽保育園
[携帯電話] 080-2415-1581
[URL] <http://www.kamitoba.jp/>
[モバイル] <http://kamitoba.jp/mobile/>

寒さがいっそう厳しくなり、冬を実感できる季節となりました。暦の上では春を迎える2月ですが、吹く風は冷たく吐く息は白く、そのような冬ならではの自然に触れながら、子どもたちは毎日元気いっぱい過ごしています。

園では、節分の行事を通して、「心の中の鬼」をやっつけようとする子どもたちのたくましい姿が見られることでしょう。寒さの中でも遊びや生活を楽しみながら、心も体も大きく成長していく子どもたちの姿を大切に見守っていきたいと思っています。今月も体調管理には十分に気をつけて園生活を送っていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

おしらせ

2月21日(土) 生活発表会

この日のために、子どもたちは日々練習や活動に取り組んでいます。本番では、緊張しながらも、子どもらしい姿を見せてくれることと思います。詳しい内容は、コドモンにて配信予定です。

サッカー大会

の日程が決定しました!!

3月6日(金)、雨天時3月13日(金)

対象は、ふじ組とゆり組です。

参観はふじ組の保護者のみとなっております。



節分の行事を通して、日本の伝統的な行事に親しみながら、季節の変わり目を感じられるようにしています。「鬼は外。福は内。」という言葉に込められた意味を子どもたちに分かりやすく伝え、怒りんぼう鬼、泣き虫鬼、イヤイヤ鬼など、心の中にいる鬼をやっつけようという思いで豆まきを行います。

園では、2月3日に節分会があります。みんなで心の中の鬼を退治して元気いっぱい春を迎えようね!

3月の予定

- 2日(月) お別れパーティー
- 2日(月) クラス懇談会(ばら・もも)
- 6日(金) サッカー大会(ふじ・ゆり)
- 6日(金) クラス懇談会(ふじ)
- 11日(水) 避難訓練
- 12日(木) クラス懇談会(ゆり・きく)
- 21日(土) 卒園式
- 28日(土) 新年度準備

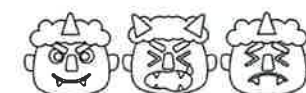
今月の予定

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 避難訓練	3 節分会 	4	5	6 体操教室	7	8
9	10 お弁当の日 幼児 園外保育	11 建国記念日	12 体操教室	13 幼児 リハーサル	14	15
16 乳児 リハーサル	17 南区絵画展	18	19	20	21 生活発表会 	22
23 天皇誕生日	24 幼児 誕生日会 身体測定	25 乳児 誕生日会 身体測定	26	27 体操教室	28	



在園児の保育時間等の申請届の4月分締め切りは、2月27日です。なお、3月分の締め切りは、2月20日です。お間違えのないようにお願いします。

1月の園に対するご意見は
1件でした。



給食だより

暦の上では春が近づいてきていますが、まだまだ寒い2月になりそうですね。体調を崩さないように、温かくて栄養たっぷりのごはんを食べて、元気に冬を乗り切りましょう。



◎節分について◎

今年の節分は2月3日（火）です。最近では巻き寿司を食べたり、豆まきをしたり、鬼の仮装をしたりして家族で楽しめるイベントになっています。



*巻き寿司

今年の恵方は「南南東」です。恵方巻きには正しい食べ方があり、①恵方を向くこと、②ご縁や福が途切れないよう包丁で切らずに1本食べること、③願い事をしながら最後まで話さないこと、とされています。子どもたちと食べる時にはなかなか難しいことですが、チャレンジしてみると楽しいかもしれませんね。



*豆まき

「鬼は外、福は内」という掛け声と共に豆をまくことで、家庭の中に悪いものが入らないように祈ると同時に、年齢の数だけ豆を食べることで、健康を祈るという風習も根付いています。

ご家庭でも節分を楽しく過ごしてくださいね。

ほけんだより

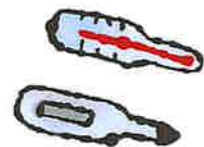
感染症に気を付けましょう

寒さが厳しいこの時期は、インフルエンザや胃腸炎などの感染症が流行しやすくなります。園では、手洗い・うがい・換気を行い、予防に努めています。ご家庭でも、十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけ、体調に変化がある場合は無理をせず早めの受診をお願いします。



生活リズムを整えましょう

寒い日が続くと、起床や就寝時間が乱れやすくなります。早寝・早起き・朝ごはんを意識することで、体調を崩しにくくなります。登園前の体調チェック（発熱・咳・鼻水など）も引き続きご協力ください。



けがの予防について

冬は体がこわばり、転倒やぶつかりによるけがが増える時期です。園では、戸外遊びの前に体を動かしてけがの予防に取り組んでいます。寒さに応じてジャージや上着の着用も行います。



今月のねらい



もも組

- ・冬の寒さに配慮しながら、健康で安定したリズムを大切にする。
- ・自分でやってみたい気持ちを大切にし、身の回りのことに意欲を持つ。

* ごっこあそび * 戸外遊び

きく組

- ・幼児クラスへ憧れを持ち、進級に向けての意欲を高めていく。
- ・自分の思いを言葉にし、伝えていく大切さを知っていく。

* 劇あそび * 音楽あそび * 散歩

ばら組

- ・寒さに負けず元気に身体を動かして遊ぶ。
- ・絵本を喜んで見たり表現遊びを楽しんだりする中で自分なりの動きをしようとする。

* 劇あそび * 音楽あそび * マラソン

ゆり組

- ・セリフのやり取りや演じる楽しさを味わいながら発表会に向けて練習を進めていく。
- ・合奏を通してみんなで音を合わせる楽しさを味わい、音楽への感受性や表現力を高める。

* 劇あそび * 音楽あそび * 散歩

ふじ組

- ・お話のイメージを共有し、友達と意見を出し合いながら劇をみんなで作り上げていくことを楽しむ。
- ・行事に向け、友達と役割を分担し、目的に向かって意欲的に取り組む。

* 劇あそび * 音楽あそび * ボール遊び

2月給食献立表

上鳥羽保育園
2026年2月

日／曜	献立名	材 料 名			おやつ	栄養価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
2月16日	ごはん 筑前煮 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／さといも(冷凍)／こんにゃく(精粉)／三温糖／★薄力粉／★ながいも	★鶏若鶏肉モモ(皮付き)／★焼き竹輪／★油揚げ／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳／★たまご／★豚ロース(脂身付き)	ごぼう／にんじん／さやいんげん／れんこん／はくさい／玉葱／キャベツ／青ねぎ	牛乳 お好み焼き ☆	エネルギー 522 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 14.9 g 食塩相当量 1.8 g
3月17日 火	ごはん 柳川風煮 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖／じゃがいも	★和牛モモ(赤肉)／★たまご／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳／かつお加工品(かつお節)	玉葱／ごぼう／にんじん／切りみつば／ほうれんそう／ぶなしめじ	牛乳 おかかおにぎり ☆	エネルギー 504 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 10.9 g 食塩相当量 1.5 g
4月18日 水	ごはん 鮭のみそマヨ焼き 小松菜のおかか和え すまし汁	水稲穀粒(精白米)／★マヨネーズ(全卵型)／グラニュー糖	★しろさけ／★米みそ(淡色辛みそ)／かつお加工品(かつお節)／わかめ(乾燥、水戻し)／★牛乳／★たまご	こまつな／にんじん／りよくとうもやし／えのきたけ／玉葱	プリン ☆	エネルギー 419 kcal たんぱく質 27.1 g 脂 質 12.3 g 食塩相当量 1.4 g
5月19日 木	巻き寿司 鶏肉と根菜の煮物 味噌汁 ちらし寿司 さつまいもの甘煮 豚汁	水稲穀粒(精白米)／★マヨネーズ(全卵型)／上白糖／さつまいも／三温糖／★薄力粉／★有塩バター	焼きのり／★鶏若鶏肉モモ(皮付き)／★大豆(水煮缶詰)／★油揚げ／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳／★きな粉(大豆)／★たまごしらす干し／★高野豆腐／★豚肉／★豆腐	とうもろこし(冷凍)／きゅうり／にんじん／れんこん／さやいんげん／だいこん／青ねぎ	牛乳 きなこのスノーボール ☆	エネルギー 565 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.5 g
6月20日 金	ロールパン グラタン ツナサラダ スープ	★ロールパン／★マカロニ／★パン粉(乾燥)／★薄力粉／★無塩バター／★マヨネーズ(全卵型)／★せんべい	★ウィンナー／★プロセスチーズ／★牛乳／まぐろ缶詰(油漬フレーク)	玉葱／にんじん／ぶなしめじ／ブロッコリー／キャベツ／とうもろこし缶詰(ホー)／きゅうり／はくさい／りよくとうもやし	牛乳 せんべい	エネルギー 636 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 29.0 g 食塩相当量 2.4 g
7月／土	ちゃんぽん ゆでたまご	★中華めん(ゆで)／★ビスケット	★豚モモ(赤肉)／★牛乳／★焼き抜きかまぼこ★たまご	キャベツ／にんじん／りよくとうもやし	牛乳 ビスケット	エネルギー 516 kcal たんぱく質 27.8 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.8 g
9月／月	ごはん 手羽元の甘辛煮 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／さつまいも／上白糖／★薄力粉／白玉粉	★鶏若鶏肉手羽(皮付)／★うずら卵(水煮缶詰)／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳	ブロッコリー／キャベツ／玉葱／にんじん／こまつな／だいこん	牛乳 鬼まんじゅう ☆	エネルギー 472 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.6 g
24日 火	ごはん 肉じゃが 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／板こんにゃく／三温糖／★ビスケット	★豚モモ(赤肉)／★納ごし豆腐／★油揚げ／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳	玉葱／にんじん／さやいんげん／はくさい	牛乳 ビスケット	エネルギー 508 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 12.8 g 食塩相当量 1.4 g
25日 水	ごはん いわしの梅煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖／じゃがいも／★プレミックス粉(和ケーキ用)／★マヨネーズ(全卵型)	まいわし／★油揚げ／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳	梅(調味漬)／しょうが／キャベツ／りよくとうもやし／にんじん／こまつな／玉葱	牛乳 じゃがマヨスティック ☆	エネルギー 511 kcal たんぱく質 26.9 g 脂 質 16.5 g 食塩相当量 1.7 g
12月26日 木	親子丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖／★ごま(いり)／上白糖／さつまいも／★食パン(市販品)／★無塩バター	★鶏若鶏肉モモ(皮付き)／★たまご／★焼き抜きかまぼこ／★油揚げ／★米みそ(淡色辛みそ)／★牛乳	玉葱／にんじん／切りみつば／ほうれんそう／りよくとうもやし／えのきたけ／青ねぎ	牛乳 ココアトースト ☆	エネルギー 554 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.8 g
13月27日 金	食パン ミートスパゲティ わかめサラダ スープ	★食パン(市販品)／★スパゲティ／三温糖	★豚ひき肉／わかめ(乾燥、水戻し)／★牛乳	にんじん／玉葱／パセリ／トマト缶詰(ホール)／きゅうり／とうもろこし缶詰(ホー)／はくさい／チンゲンツァイ	牛乳 みかん	エネルギー 519 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 13.0 g 食塩相当量 2.0 g
14月28日 土	肉うどん みかん	★うどん(ゆで)／せんべい	★和牛モモ(脂身付き)／★油揚げ／★牛乳	にんじん／玉葱／ねぎ／ほうれんそう	牛乳 せんべい	エネルギー 515 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 18.4 g 食塩相当量 1.6 g

(★アレルギー除去対象食品)

(☆手作りおやつ)

今日のお弁当の日☆

《今日の栄養価》

	一人分量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食塩相当量 (g)
3歳未満児	目標値	420	11.5	190	1.8	1.3
	園実施値	417	13.0	208	1.6	1.2
3歳以上児	目標値	570	23.5	260	2.3	1.6
	園実施値	524	22.4	261	2.1	1.6

2/10(火)

よろしくお願ひします🐱☆