



# 12月 げんきっこだより

こども未来局  
保育・子育て推進部



令和7年12月1日 中有馬保育園



朝夕の寒さも増し、冬の訪れを感じる頃となりました。寒さが本格化してても子どもたちは、戸外で草木など自然に触れながら元気に遊んでいます。

あっという間に、今年も残りひと月です。

幼児クラスは親子で楽しむ行事も控えており、子どもたちもワクワク・ドキドキです。2025年最後の月と一緒に楽しんでいきたいと思います。

## 《お知らせ》

- 園舎外壁の長寿命化工事が12/8（月）より行われます。詳細は後日お知らせいたします。ご理解ご協力のほど、よろしくお願ひします。
- 12/29（月）～1/3（土）は年末年始休園です。年始は1/5（月）からになります。
- 年明けに懇談会があります。ぜひご参加いただきますよう、よろしくお願ひします。  
ひまわり組：1/17（土）  
その他のクラス：2/7（土）

## 《行事担当よりお願ひ》

### 【つくろうあそぼうデー担当より】

今年も、自由に作ったり表現あそびを楽しむ行事『つくろうあそぼうデー』を1月中旬に計画しています。お菓子の空き箱や、製作に使えそうなリボンや毛糸等（詳細は後日お知らせします）を年明けに集めます。これは使える！というような空き箱等がありましたら、ぜひ取っておいてください。

### 【えのぐデー担当より】

年末の大掃除などで【カレンダーの裏紙】【白いシーツ】【白い服】【白い紙】などありましたら、ぜひ来年度のえのぐデー用に活用させてください。

どちらも年明けに収集BOXを設置します。

ご協力よろしくお願ひします。

日	曜日	《12月の予定》
1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	親子でランチ
11	木	
12	金	
13	土	親子でげんきっこ劇場
14	日	
15	月	
16	火	鏡餅作り（ひまわり組）
17	水	ちびっこランド
18	木	あそびの広場
19	金	おはなし会 園医健診
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	親子でランチ 防災教育（幼児）
24	水	おたのしみ会食
25	木	コマ交流
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	年末休園
30	火	年末休園
31	水	年末休園

- 身体測定、防災訓練は毎月行います。

イラスト出典：メイト

# 親子でげんきっこ劇場 各クラスの楽しみポイント！



12月13日（土）に幼稚園クラスで「親子でげんきっこ劇場」を行います。

各クラス、親子で楽しい時間を過ごせるような工夫を考えています！

親子でげんきっこ劇場をさらに楽しむための各クラスのポイントをお伝えします。



## ちゅういっぷ組

絵本を日頃から楽しんでいる子ども達。中でも「ねこのおいしゃさん」は大好きな絵本です。歌が出てくるお話で、子ども達はすぐに覚えて楽しんでいます。なりきり遊びも大好きな子ども達。親子で一緒に歌ってなりきいたら楽しいだろうなと思い、「ねこのおいしゃさん」の劇ごっこを提案すると、「いいね～！」「動物は〇〇がいい！」とやる気満々。たくさんの役が子ども達から挙がりました。当日は子ども達が自分で決めた動物に親子でなりります。親子でお医者さんに治してもらったり、子ども達がお医者さんになって保護者の皆さんを治したり・・・親子で一緒に劇ごっこを楽しめたらと思います。

また、他にも親子で一緒に歌える歌はないかなと思いついたのが「もりのくまさん」です。保護者の皆さんのが最初に歌い後から子ども達が繰り返します。「あるひ（あるひ）・・・」と親子での掛け合いに挑戦です！親子で一緒に歌ってなりきって、げんきっこ劇場を楽しみましょう♪

## ばら組

運動会でやりたいと声があがっていたソーラン節に取り組みます。ばら組オリジナルの振りを真剣にかっこ良く踊る姿と、気合の入ったかけ声の迫力が見せ場です。創作劇ごっこ『おおきなかぶなの？！』では、一緒に“出演”して頂く保護者の方々の、演じ方によって、面白さが何倍にもふくらむことでしょう。腕のみせどころです！保護者の方と一緒にを行うことに、子どもたちの大きな期待があります。楽しい事、面白い事が大好きなばら組なので、最後のおちも出演者みんなで盛大にずっこけて笑顔で終幕がねらいです。歌『ほ・ほ・ほ』は、音源無しのアカペラ。ゴスペルの「生きる喜びを身体の中から呼び起こし喜びを歌う」をめざして・・・大それてはいますが。友だちみんなとその思いを分かち合い、喜びを感じて歌舞と共に、ぜひ一緒に歌ってみてください。

## ひまわり組

子ども達と「親子でげんきっこ劇場」に向けて親子で何をしたいか話し合いをすると「太鼓と一緒にやりたい！」との声があがり、運動会で盛り上がった『ひまわり太鼓』を親子太鼓で行います。子ども達は、さらにパワーアップして、親子で心を通わせながら、太鼓の音を響かせます。きっと逞しく成長したお子さんを実感することでしょう！そして劇ごっこは、絵本「おおきなおおきなおいも」のお話を、ひまわり組バージョンにして、保育園の生活そのものを劇ごっこにしました。「明日は芋ほりです。ところが雨になってしまいました。」さあ！子ども達は仲間と一緒にどんな楽しい想像をしていくのでしょうか？また、子ども達が大好きな絵本「ぼちぼちいこか」より親子インタビューをします。もうすぐ一年生になるひまわり組の子ども達の夢は、果てしなく・・・

仲間と共に、親子みんなで、笑いあり涙もあり？保育園最後となる「親子でげんきっこ劇場」をみんなで盛り上げ楽しみましょう！

# 12月 ほけんだよい



令和7年12月1日

中有馬保育園

こども未来局  
保育・子育て推進部

師走は何かとあわただしく、生活リズムも崩れがちです。引き続き感染症が流行しやすい時期であり、体調の変化やケガには十分に気をつけて過ごしましょう。

## やけどに注意しましょう！

お茶、みそ汁、カップ麺などの  
高温の飲み物や汁物

電気ポット、  
炊飯器

\*電気製品（電気ポットなど）のコードを引っ張って倒し、熱湯を浴びることもあります。コードも含めて子どもの手の届かない場所に置きましょう。

\*暖房器具（湯たんぽ、電気カーペット）などが長時間、同じ部位に触れていると低温やけどをすることがあります。

\*調理器具は調理中だけでなく調理後も、アイロンは使用中と使用後も高温のことがあります。冷めきるまでは子どもが触れないように注意しましょう。また外食中、高温の食べ物の皿や鉄板などに指が触れることでやけどをすることもあります。

調理器具

(フライパン、鍋)、  
アイロン

暖房器具（湯たんぽ、  
電気カーペット）、  
加湿器

## 年末年始・日曜・祝日の急病について

年末年始は多くの医療機関が休診となります。かかりつけの医療機関の休診日はご存知でしょうか。急病になったとき慌てないよう、近くの医療機関の休みを事前に調べておきましょう。



休日急患診療所は市内7区にあり、休日の他に年末年始も診療しています。夜間は市内3か所にある小児急病センター（南部、中部、北部）で小児の初期診療を行っています。

診療情報については、「医療情報ネット（ナビイ）」（厚生労働省）で検索したり、「崎市救急医療情報センター（TEL:044-739-1919）」または「かながわ救急相談センター（#7119）」で相談したりすることができます。

### <子どものスキンケア>

- ・ゴシゴシ洗わず、たっぷりの泡で優しく洗いましょう。流し残しがあると痒みの原因になったりするので首や脇の下などもしっかり流して下さい。
- ・乾燥しやすいので入浴後はなるべく早く全身に保湿クリームを塗りましょう。たっぷり優しく塗ってあげてくださいね。

11月の感染症：インフルエンザ、急性結膜炎

12月の園医健診：19日（金）4歳児 13:00～

出典：イラストメイト



# 12がつ きゅうしょくだよい

子ども未来局  
保育・子育て推進部

令和7年12月 中有馬保育園



## 旬の食材と献立



### ● ブロッコリー

1年を通して手に入れやすい食材ですが、寒い時期に旬を迎えます。栄養価の高い野菜で、ビタミン・ミネラル・食物繊維などを豊富に含みます。

鮮やかな緑色で蕾がよく締まっているものが、新鮮でおいしいとされます。

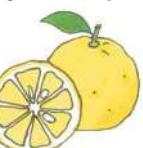


## 献立の紹介



12月22日は「冬至」です。冬至は1年の中で昼が最も短く夜が最も長い日です。冬至に栄養たっぷりのかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりすると、風邪をひきにくいと昔から言われています。

給食では冬至に合わせて



### ● 鶏肉の柚子味噌焼き

● かぼちゃの含め煮 を献立に取り入れています。

## 秋の味覚「さつまいも」を味わいました

ばらぐみが  
園庭で掘った  
さつまいも



給食室で  
ふかしてもらって、  
食べました。



ひまわりぐみが  
民生委員さんと  
さつまいも畑で  
掘ってきたお芋  
たくさん掘れました！

ひまわりぐみは  
おやつの時間に  
スイートポテトづくりを  
しました。

さつまいもをフォークで  
つぶして、砂糖・牛乳・  
バターを混ぜてカップに移し、  
給食室で焼いてもらいました。



つぶすの難しい～



すごくおいしい！

甘い！

収穫や調理の経験を  
通して、その楽しさや  
大変さを感じました。

## (幼児)主食量調査の結果をお知らせします



	ちゅういっぷ	ばら	ひまわり
配膳量	<b>100g</b>	<b>110g</b>	<b>120g</b>
喫食量	<b>97g</b>	<b>120g</b>	<b>122g</b>

ちなみに乳児クラスは…

ひよこ 70g  
あひる 80g  
こあら 90g  
うさぎ 90g  
を盛り付けています。

11月20・21日に、給食の主食（はいが精米のごはん）を子どもたちがどのくらい食べられているかを調査しました。配膳量は各年齢の体格に合わせて設定しています。ご家庭の食事量の参考にしてみてください。ただ、個々に体格は違うので、完食できたから良い/悪いではなく、その子に合った量を食べられていることが成長する上で大切です。個々に合わせた食事量は難しいですが、幼児期までの子どもさんは身長と体重が成長曲線のカーブに沿っていれば適正量を食べられている目安になります。