

# 令和7年度

# 回覧



出雲サンサン保育園子育て支援事業



## “サンサンへ行こう!!”

2026年1月

あけましておめでとうございます。年末年始の長い休みが明け、久しぶりに登園した子どもたちの笑顔や元気な声が園内に響き、休みの間も元気で楽しく過ごされたことが伝わってきました。

今年の干支は丙午で、太陽のように明るく、エネルギーに満ちた1年になるといわれています。皆様にとって笑顔あふれる素敵な1年になりますよう、お祈り申し上げます。本年もよろしくお願ひいたします。

### 魚釣り遊び楽しいよ！

2歳児クラスの子どもたちは海や身近な生き物が大好きです。普段から図鑑を見たり、海の生き物パズルで遊んだりして楽しんでいます。12月には、大型バスに乗って島根県立しまね海洋館アクアスにお出かけしました。実際に、大きな水槽の中を泳いでいるたくさんの海の生き物やシロイルカショーを見ることができて、子どもたちは大喜びでした。保育園に帰ってからも「イカおったがー！」「シロイルカ釣りたい！」など、アクアスの話で盛り上がり、釣り竿や海の生き物を作って魚釣り遊びをしました。自分のお気に入りの生き物を釣り上げてはブルーシートの海に逃がしたり、「○○くんタコがいるよ！」と友だちと協力して釣ったりして楽しんでいます。



海の中にいるみたい～♪



#### ○魚釣りの作り方○

- ・海の生き物…厚紙にイラストを張り、端にクリップをつける。
- ・釣り竿…新聞紙を棒状に丸めて紐を付け、先端に磁石をつける。



### 1月のサンサンへ行こう！

1年の無病息災や家内安全を祈願する出雲の伝統行事“とんどさん”を行います。

正月飾りなどありましたら、針金やビニール類を外してお持ちください。ご参加お待ちしています。



○日時：1月16日（金）9：45～11：00

○持ち物：着替え・タオル・水筒（水分補給）

※暖かい服装でお越しください。

※雨天時は、園内で遊びます。



★参加希望の方は保育園までご連絡ください。☎0853-43-7033

来月のサンサンへ行こう！  
は2月26日（木）です。



★ホームページもぜひご覧ください。



# 令和7年度

# 回覧

2026年1月

出雲サンサン保育園子育て支援事業



# 子育て相談の日

謹んで新春のお慶びを申し上げます。子育ての伴走者として、保育園から様々な情報を発信していきたいと思います。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

静かだった園内は、子どもたちの声で賑やかになり、清々しい気持ちで新しい年を歩み出しました。寒さが一段と身に染まるこの季節は、感染症も流行的時期ですので、体調管理などに気を配りながら、元気に過ごしたいですね。今月号では、旬の食材をたっぷりと使ったレシピをご紹介します。いろいろな物を食べて、体の中から温めることで、免疫力の向上、代謝アップを目指したいですね。

## 相談日

- ★第1・第3木曜日 9:15~15:00
- ★土曜日（事前に連絡してください）
  - \*上記以外でも気軽に電話ください
- ★神西ふれあい子育てサロンの『すくすく相談日』には、保育園の職員も出向く予定です。気軽に声をかけてください。

出雲サンサン保育園

☎ 43-7033

fax 43-7833



## ～ 里芋のみぞシチュー～

## レシピ紹介

材料	分量（5人分）
ベーコン	30g
里芋	200g
人参	70g
玉ねぎ	70g
しめじ	70g
えのき茸	40g
白菜	70g
サラダ油	3g
塩こしょう	少々
シチューの素	40g
味噌	15g



## 作り方

- ① ベーコンと野菜は、食べやすい大きさに切ります。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、ベーコン、人参、玉ねぎを炒めて、塩こしょうをします。
- ③ 水を入れて沸騰したら、里芋、しめじ、えのき茸、白菜も入れて煮ます。
- ④ シチューの素、味噌を溶き入れて、味を付けます。



## ～ 豆乳ごま汁～

材料	分量（5人分）
鶏肉のこま切れ	70g
かぼちゃ	130g
しめじ	40g
人参	40g
玉ねぎ	70g
キャベツ	70g
ほうれん草	50g
調整豆乳	200ml
かつお・昆布だし	800ml
すりごま（白）	7g
味噌	12g



## 作り方

- ① 昆布とかつお節でだしをとります。
- ② 鍋に鶏肉のこま切れを入れて、火にかけます。
- ③ ほうれん草はゆでて、絞ってから食べやすい大きさに切ります。
- ④ しめじは子房に分け、人参はいちょう切り、玉ねぎは幅半分にして薄切り、かぼちゃとキャベツは食べやすい大きさに切り、②に入れます。
- ⑤ ④に火が通ったら、一度火を止め、味噌を溶かします。
- ⑥ 豆乳を入れて沸騰しない程度に加熱して、すりごまとほうれん草を入れて火を止めます。