



## 【12月の予定】

3日（水）体操

10日（水）体操

19日（金）12月生まれ誕生日会  
（保護者参加）



※12月生まれのお子さまの保護者様は  
当日15：10までに保育園へ来園ください。

25日（水）クリスマス会

※12月28日（日）から1月4日（日）  
は冬季休園日となります。

## 【1月の主な予定】

14日（水）体操

16日（金）避難訓練

21日（水）体操

23日（金）1月生まれの誕生日会



## 【お知らせとお願い事項】



### ●後期個人面談について

年間行事予定にて、はな組が1月19日から23日、ひかり組・ほし組が2月2日から13日を予定していましたが、1月、2月を個人面談月間とさせていただきます。

基本的には帰りの時間で設定させていただきますのでお休みを取っていただく必要はありません。日程は個々にお知らせをいたしますが、早急に希望される方は、事務所までお知らせください。

## 【大好きおやつレシピ】

### いとこ煮風蒸しパン

12月生まれのお友達お誕生日おめでとう！



### 12月22日（月）【冬至】



1年の中でも夜が一番長く、昼が一番短い日と言われています。この日は、ゆず湯に入り、かぼちゃを食べると風邪をひかないという習慣があります。ゆずは、風邪予防や肌を強くする効果に優れているそうです。南瓜には、厄除けや病気予防に効果があると伝えられています。

また、カロチンやビタミンをたくさん含みビタミン不足になりがちなこの時季の栄養補給に欠かせない食べ物です。

## おすすめメニュー

### <材料名>

蒸しパンミックス	120g
南瓜	40g
あずき	20g
水	60g

### <作り方>

- ①蒸しパンミックスに南瓜、あずきを混ぜる
- ②①をケーキカップの中に入れる
- ③蒸し器に入れて焼く15分蒸す  
※電子レンジの場合：500W2分  
加熱足りない場合は、10秒ずつ足す

