

2025

ヨコミネ式教育法

2025/11/29



食育だより・ほけんだより



クリスマス会

学ぶ喜びをずっと。

認定こども園

100TH  
SHIJONAWATE GAKUEN Since 1926

四條畷学園大学附属幼稚園

## 目次 (クリックすると該当ページに移動します)

インフルエンザとかぜの違いと、正しい予防について .....	3
<b>行事予定表</b> .....	<b>6</b>
<b>[重要] 行事予定補足説明</b> .....	<b>8</b>
<b>担任所感</b> .....	<b>10</b>
<b>【『書き』で大切にしていること！】</b> .....	<b>20</b>
<b>「子どもの「集中力」を高めるコツ」</b> .....	<b>21</b>
<b>*12月の給食より</b> .....	<b>22</b>
<b>12月献立表</b> .....	<b>24</b>
<b>食育だより</b> .....	<b>26</b>
<b>ほけんだより</b> .....	<b>27</b>
<b>【正課】英語・体操・音楽・水泳指導日年間予定表</b> .....	<b>28</b>
<b>[お知らせ] 保護者の皆様：2025年度 年間行事のご案内</b> .....	<b>31</b>
<b>[お知らせ] 保護者の皆様：2026年度 年間行事のご案内（速報）</b> .....	<b>33</b>
<b>[お知らせ] 給食試食会・教育相談会</b> .....	<b>35</b>
<b>[地域貢献] 2025年度のご案内</b> .....	<b>37</b>
<b>[保育関係] 資料等 URL一覧</b> .....	<b>39</b>
<b>[お知らせ] アンケート結果を公開しています</b> .....	<b>41</b>
<b>12月の行事と子どもに伝えたいこと</b> .....	<b>42</b>

🎒 [園児募集] 2026 年度 入園相談会・見学会（申込受付中）	43
🌷 [未就園児親子教室] 2026 年度 マタニティ・0歳児親子教室「ひな組」ご案内	45
🌷 [未就園児親子教室] 2026 年度 1歳児親子教室「こどり組」ご案内	46
🐤 [未就園児教室（親子分離）] 2026 年度 2歳児教室「ひよこ組」園児募集（週 2 回）	47



## インフルエンザとかぜの違いと、正しい予防について

11月下旬に入り、四條畷学園大学附属幼稚園でもインフルエンザA型の感染が急増し、今月だけで**累計82名**の感染者が出ています。特にここ数日は新たな感染が続いており、今年は例年よりも早い立ち上がりとなっています。寒さが増すこの季節は、幼児期特有の体調変化も重なり、保護者の皆さんもご心配のことと思います。

まずは「インフルエンザとかぜの違い」を正しく理解したうえで、毎日の予防を少しずつ積み重ねていくことが、お子さまの健康を守るうえで大きな力になります。

以下に、ご家庭でも実践しやすいポイントを丁寧にまとめましたので、ぜひお役立てください。

### ■インフルエンザとかぜの違い（まず知っておきたい基本）

私たちが日頃ひく「かぜ」と「インフルエンザ」は、同じように思えても性質が大きく異なります。

#### ●かぜ（風邪）

- ・さまざまなウイルスによるもので、喉の痛み・鼻水・咳など“局所的な症状”が中心
- ・症状は比較的ゆるやかで、ゆっくり進行することが多い
- ・高熱が出ない場合が多く、全身症状は軽め

#### ●インフルエンザ

- ・インフルエンザウイルスが急激に増えることで**全身に強い炎症が起こる**
- ・**38℃以上の高熱、関節の痛み、強い倦怠感、突然の発症**が特徴
- ・幼児は脱水や合併症に至りやすいため注意が必要
- ・早めの受診が重症化予防につながる

違いを知っておくことで、登園の判断や受診のタイミングが取りやすくなります。

### ■ご家庭でできる予防のポイント

**厚生労働省や国立感染症研究所などの情報を参考に、科学的に根拠のある方法をわかりやすくまとめました。**

#### ①石けんでの手洗い（もっとも確実な予防方法）

効果： 手についたウイルス量を大きく減らします。

理由： インフルエンザウイルスは石けんの成分に弱く、**指先・指の間・親指まわり・手の甲・手首まで**丁寧に洗うと効果的です。

※秒数よりも“洗い残しをなくすこと”が大切です。

## ②室内の換気・温度管理（湿度 40～60%）

効果： 空気中のウイルス量を減らし、粘膜の乾燥を防ぎます。

理由：

- ・乾燥した環境では、ウイルスが軽くなり空中に漂いやすくなります。
- ・湿度が 50～60%ほどあると、**水分を含んだウイルスは空中にとどまりにくくなり、結果として床へ落ちやすくなります。**
- ・喉や鼻の粘膜が潤うことで、体の自然な防御力（纖毛運動）が働きます。

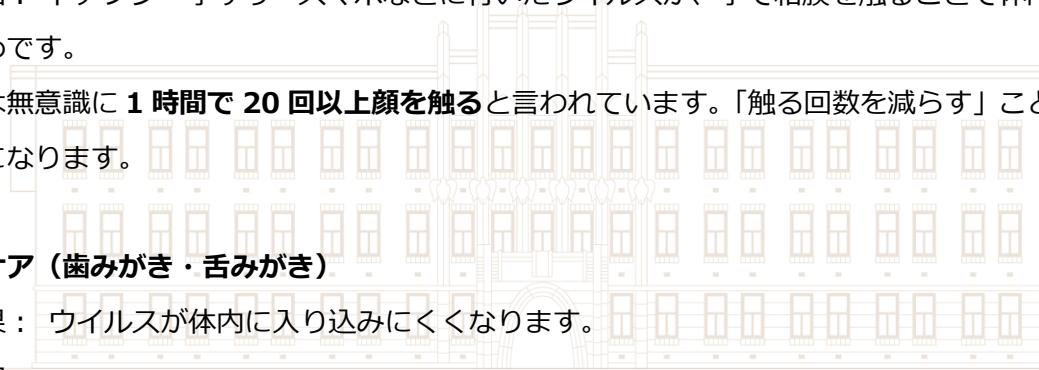
“窓を少し開けるだけ”でも効果があります。

## ③顔（口・鼻・目）をなるべく触らない

効果： 接触感染を防ぎます。

理由： ドアノブ・手すり・スマホなどに付いたウイルスが、手で粘膜を触ることで体内に侵入するためです。

人は無意識に **1時間で 20回以上顔を触る**と言われています。「触る回数を減らす」ことが大きな予防になります。



## ④口腔ケア（歯みがき・舌みがき）

効果： ウィルスが体内に入り込みにくくなります。

理由：

口の中の細菌が出す酵素が、ウイルスの侵入を手助けしてしまうことが知られています。

特に、

- ・夕食後
- ・就寝前

の丁寧な歯みがきが効果的です。

## ⑤マスクの適切な使い方

効果： 咳やくしゃみによるウイルス拡散を防ぎ、口腔内の乾燥を防ぎます。

理由：

マスクは「自分を完全に守る」ものではありませんが、

- ・周囲にうつさない
- ・口の中の湿度を保ち、粘膜を守る

といった効果があります。

混雑した屋内では着用し、屋外では外すなど、場面に応じた使い分けが負担になりにくく続けやすい方法です。

#### ⑥十分な睡眠（免疫の力を支える基本）

効果： 体の免疫力が整い、ウイルスに対抗する力が高まります。

理由：

睡眠中に免疫細胞が回復・調整され、睡眠不足は感染リスクを高めます。

流行期は、いつもより少し早めの就寝を心がけるだけでも効果があります。

#### ■ご家庭へのお願い

朝の体調チェックで「いつもと様子が違う」と感じた場合は、無理をせずお休みください。

- ・ご家族内で発熱や診断が出た場合は、登園について園へご相談ください。
- ・帰宅後の手洗いを習慣にしていただくと、感染予防に大きく役立ちます。
- ・うがいについては、インフルエンザそのものの予防効果は限定的とされています。一方で、喉を潤すことができ、一般的な風邪の予防には有効とされています。手洗いと組み合わせることで、より健康を保ちやすくなります。また、日頃の歯みがき等の口腔ケアも、口の中を清潔に保つという点で健康維持に役立ちます。

子どもたちが元気に過ごせるよう、園としても環境整備や衛生管理に引き続き取り組んでまいります。

皆さまのご協力をいただきながら、この冬も安全に乗り越えていきたいと考えております。

## 行事予定表

### 《2025年12月》

1 (月)	りす組1 1月生登園開始
2 (火)	<u>教育相談⑥</u>
3 (水)	<u>令和8年度入園対象募集相談会①</u>
4 (木)	職員研修 (ひばり)
5 (金)	<u>令和8年度入園対象募集相談会②</u>
6 (土)	<u>大東キャンドルナイト 2025</u> PM5:00 ~ 今年も、年長児がキャンドルを灯すメッセージカップに、思いを込めて絵や文字を描きます。 ※メッセージカップの返却はありません。 詳細は、大東市からの連絡を受け次第お知らせいたします。
9 (火)	クリスマス会
10 (水)	<u>令和8年度入園対象募集相談会③</u>
11 (木)	いきいきランチ②
12 (金)	• 職員研修 (りす) • つどいの広場⑨
16 (火)	もちつき
17 (水)	<u>遊ぼう会⑫</u>
18 (木)	<u>給食試食会③</u>
19 (金)	<b>• 終業式 (午後保育)</b> • 誕生会 (12月生)
22 (月)	令和8年度入園準備説明会・用品販売
<b>29 (月)</b>	<b>休園日 12月29日～令和8年1月3日</b> <b>早朝預かり保育・預かり保育はありません</b>

## 《2026年1月》

5 (月)	早朝預かり保育・預かり保育開始
6 (火)	職員始業準備
7 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・<b>始業式 午後保育</b></li> <li>・りす組 12月生登園開始</li> <li>・身体測定（年長）</li> </ul>
8 (水)	身体測定（年中）
9 (金)	身体測定（年少）
15 (木)	体操発表会予行（全園児体操服登園）
20 (火)	<u>教育相談⑦</u>
23 (金)	午前保育（体操発表会準備）
24 (土)	<p>体操発表会（高校体育館）      保護者と一緒に体操服で登園。送迎はありません。</p> <p>* 詳細は、後日お知らせします。</p>
26 (月)	<p>振替休日（1/24 分）      （早朝預かり保育・預かり保育はあります）</p>
27 (火)	学園短大教育実習～2月10日（2月9日除く）
29 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誕生会</li> <li>・学園小4年生と年中児交流イベント（保護者参加自由）</li> </ul>
30 (金)	<u>つどいの広場⑩</u>
31 (土)	学園小学校入試説明会

最新の行事日程はコドモンで確認下さい。

入園相談会

個別相談

遊ぼう会・つどいの広場

教育相談・給食試食会



## [重要] 行事予定補足説明

### 1. 冬季休業日について

冬季休業日：2025年12月20日～2026年1月6日

また、12月29日～2026年1月3日は、早朝預かり保育・預かり保育はお休みとなります。

### 2. 早朝預かり保育・預かり保育について

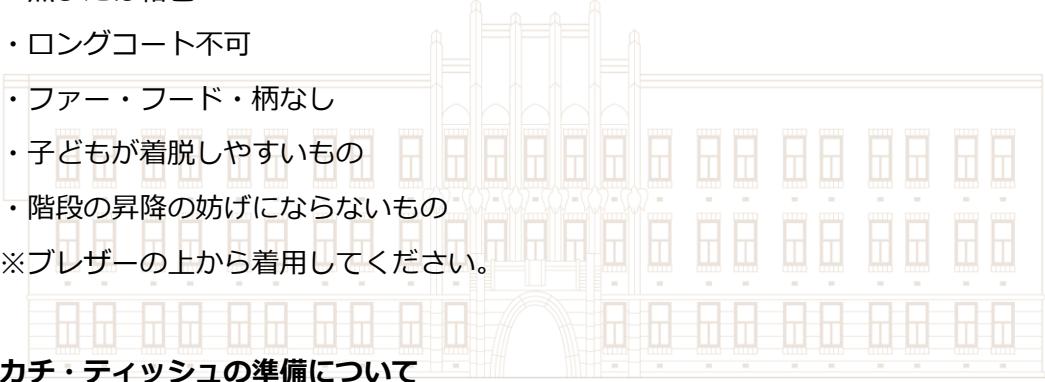
日曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は実施いたしません。

その他の日は通常どおり実施いたします。

### 3. 防寒着について（12月～3月）

防寒着は、下記の点に合うものでお願いします。

- ・黒または紺色
  - ・ロングコート不可
  - ・ファー・フード・柄なし
  - ・子どもが着脱しやすいもの
  - ・階段の昇降の妨げにならないもの
- ※ブレザーの上から着用してください。



### 4. ハンカチ・ティッシュの準備について

制服・スマックのポケットに、記名したハンカチ（ハンドタオル）とポケットティッシュをご用意ください。

### 5. 長期休暇中の預かり保育ご利用時の服装

春期・夏期・冬期休暇中の早朝預かり保育・預かり保育の際は、以下の服装で登園してください。

体操服（半袖・長袖自由）

半ズボンまたは長ズボン

※長ズボンの下に半ズボンは着用しないでください

カラー帽子

運動靴

ポケットにハンカチ・ポケットティッシュをご準備ください。

## 6. 3学期 始業式について

(1) 1月7日(水)

午後保育で、給食があります。

●持ち物

3点セット（お箸・スプーン・フォーク）

コップ

歯ブラシ（年少・年中・年長）

帳面

おたよりばさみ

スモック

お手拭タオル

上靴

運動靴

カラー帽子

体操服（半袖・半ズボン）

座布団カバー

(2) 1月8日(木)

**体操服（長袖・長ズボン）について名前を書いた袋に入れて、お持たせください（全学年）。**

## 7. 大東キャンドルナイト 2025 メッセージカップについて

※日時：令和7年12月6日(土) 17時～12月7日(日) 7時（※雨天・強風時は中止）

今年度も、年長児81名が大東市キャンドルナイト2025に向けてメッセージカップを制作しました。

※設置場所：JR住道駅 末広公園

※お子さまのメッセージカップは、

**12月6日(土) 19:00～12月7日(日) 朝8:00の間**

にお持ち帰りいただけます。

**この時間以外での持ち帰りはできませんので、あらかじめご了承ください。**

## 担任所感

[学年] 二歳児

[クラス名]

りす組

[担任名]

田中 香寿美

科目	所 感
1 読み	<p>①先月より取り組んでいる「濁音・半濁音」の発音練習に、子どもたちは少しずつ慣れ、発声できるようになってきました。日常の中で濁音や半濁音が含まれる言葉を探す活動を通して、音への興味や言葉への関心が高まっています。</p> <p>②クラス全員のフルネームが書かれた名前カードを使って、「誰の名前かな?」と当てる遊びも行っています。一字ずつ丁寧に読みながら、「○○ちゃん!」「○○くん!」と元気に答える姿には、友だちの名前を覚えようとする意欲や、文字への親しみが感じられます。</p> <p>このような活動を通して、子どもたちは言葉の面白さや音の違いに気づき、発音や読みの力を自然と身につけています。</p>
2 書き	<p>①緑色のパスを使って「丸を塗る」活動に取り組みました。活動の中では、親指・人差し指・中指を意識して使えるよう、声かけを行いながら進めています。こうした指先の使い方は、今後のお箸の持ち方にもつながっていく大切なステップです。日々の遊びや活動の中で、少しずつ身についてけるよう支援しています。</p> <p>②自由時間には色鉛筆やクーピーなど、さまざまな筆記具を用意し、子どもたちが好きな色を使って自由に描ける環境を整えています。自分の思いやイメージをのびのびと表現することで、想像力や表現力が育まれていくことを願っています。</p>
3 計算	<p>①玩具の片付けの際、「3個持って来てね」「10個集めて来てね」と声を掛け、数を数えながら片付けを進めています。実際の玩具を数えることで、数字と数量の結びつきを自然に学んでいます。</p> <p>②楽器遊びでは「7回叩く」「3回鳴らす」など、音楽に合わせて拍数を数えながらリズム打ちを楽しんでいます。手を叩いたり鈴を鳴らしたりする中で、拍の数を意識して音を出すことができており、音楽活動を通して数の感覚が自然と育まれている様子が見られます。</p>
4 体操	<p>①動物模倣運動のうさぎ跳びでは両足を揃えてジャンプし、跳躍力とバランス感覚を養っています。カエル跳びでは床に手を付いてジャンプで進み、腕の力と全身を使った跳躍力を付けています。クマ歩きでは膝を伸ばして、お尻を高く上げた状態で進みます。腕で体を支える力や逆さま感覚を養い、体幹を強化します。クモ歩きでは仰向けになって両手両足を動かし、後ろ向きに進みます。腕や足、お腹の力を受け、普段使わない動きに挑戦することで運動神経を鍛えます。くり返しの運動を通して、動きを意識しながら体を動かせるようになってきました。これからも、様々な動物模倣を取り入れ、心と体の成長を促してまいります。</p>
5 音楽 (曲名)	<p>[歌]まつぼっくり どんぐりころころ やきいもグーチーパー 大型バス・バスにのって(リズム体操)</p> <p>[楽器]鈴</p>

[学年] 年少組

[クラス名]

すずめ組

[担任名]

入角 帆風

科目	所 感
1 読み	①平仮名と比べてカタカナの習得がとても早く進んでいます。文字への関心が高まり、意欲的に取り組む姿が見られます。クラス全体で確認するだけではなく、「今日は3つ覚えて帰ろうね!」「昨日確認した文字は覚えてるかな?」等と個別の目標を立てています。これにより、学習の見通しを持ち、達成感を味わいながら習得に繋げています。 ②絵本読みの時間では、少しずつスムーズに読めるようになってきた子が増えています。「1文字ずつ読む」→「単語として読む」→「文章として繋げる」→「気持ちを込めて読む」と、段階を踏んでレベルアップできるように取り組んでいます。現在は「単語として捉える」練習をしている子が多いので、ご家庭で絵本を読む際にも、ぜひ単語を意識して読めているか見守ってあげてくださいね。
2 書き	①線を「止める」という練習を終え、現在は「払い」の練習に取り組んでいます。力の抜き方が難しく、止めになってしまったり、反対に弱すぎてしまったりと、子どもたちは少し苦戦しています。「ノ」「イ」「テ」「ナ」「ハ」「フ」など、これから「払い」の文字が続きますので、今のうちに力をスッと抜く感覚を身につけられるよう、繰り返し練習しています。 ②「払い」の練習に入ってからは、これまで以上に消しゴムで書き直す姿が見られ、力加減に苦戦している子も多いです。払ううとすると雑になってしまったり、力を抜きすぎて弱くなってしまうこともあります。「指先を使ってしなやかに払う」感覚を身につけるよう、繰り返し練習を重ねています。今後も丁寧に取り組みながら、少しずつ上達していくよう支えてまいります。
3 計算	①子どもたちは「1~20」まで上手に数えられるようになりました。最近は「20~1」と大きい数から逆に数える練習も始めています。現在取り組んでいる②のノートが終わると、最後に「1~20」「20~1」を数えられるかどうかの確認テストがあります。日常生活の中で「数を数える」場面をたくさん作り、自然に身につけられるよう取り組んでいますので、ご家庭でもぜひ数を数える機会を楽しんでいただければと思います。 ②子どもたちは、数の大小の理解が深まり、「どちらが多い?」「少ない?」といった問い合わせにも正しく答えられるようになってきました。さらに、「大きい数はどっち?」「小さい数は?」と問い合わせ方を変えて考える練習を行っています。今後も、さまざまな場面で数の大小を意識できるように取り組みを続けてまいります。
4 体操	①「立ちましょう」「座りましょう」といった合図を聞いて、機敏に行動できるよう練習しています。上手にできた子を褒めながら取り組むことで、少しずつ自信を持って行動できるようになっています。また、笛の音が鳴ったら「はい!」と大きな返事をすること、挨拶とお辞儀を揃えることも伝えています。クラスの一員として、自分で周りを見て行動する大切さを、今後も繰り返し伝えていきたいと思います。 ②壁逆立ちの練習では、今月でクラス全員が合格することができました。子どもたちに伝えると、「やった~!みんなできるようになった!」と、自分の達成だけでなく友だちの成功も喜び合う姿が見られました。その姿を見て、担任として大変嬉しく思いました。これからも、クラス全体で喜びを共有しながら、同じ目標に向かって取り組めるよう関わってまいります。
5 音楽 (曲名)	[歌]きのこ まつぼっくり [楽器]すず タンバリン

[学年] 年少組

[クラス名]

ぺんぎん組

[担任名]

田中 優莉

科目	所 感
1 読み	①読みの時間では、月間の絵本をみんなで読むだけではなく、一人ずつ前に出て1行を読む活動にも取り組みました。 ②読みの時間以外でも、給食後のゆったりした時間に自分から絵本を開き、声に出しながらページをめぐりながら文字や絵を楽しむ様子が見られるようになりました。お気に入りの場面をじっと見たり、知っている言葉を声に出して読んでみたりと、絵本を身近に感じながら過ごす姿が増えています。こうした日々の積み重ねを通して、言葉への興味や「もっと読みたい」という意欲が育ち、文字や物語の世界に親しむ豊かな姿へとつながっています。
2 書き	①書きの時間では、文字を丁寧に書くことを大切にしながら取り組んでいます。ノートに書く際には、「とめ」「はね」「はらい」など、文字の基本的な書き方にも気付けるよう、その都度やさしく声をかけています。ゆっくりと筆の動きを確認しながら書くことで、形がそろい、より正しい文字に近づいていく喜びを感じられるようにしています。 ②「ここ上手に書けたね」と認めもらうことで、大きな達成感を味わっています。その成功体験が「次も頑張って書いてみよう」という前向きな気持ちにつながり、文字を書くことへの自信へとつながっています。
3 計算	①計算では、新しいページに進んだことが嬉しいようで、子どもたちはノートを開いたびに「今日はどんな数字かな?」と興味をもって取り組んでいます。はじめはゆっくりと形を確かめながらなぞり書きをし、その後はお手本をよく見て、自分の力で書こうとする姿が見られます。 ②数字の大きさや向きを意識しながら丁寧に書こうとする姿や、思うように書けずに消しゴムで消してもう一度挑戦する姿など、学ぶ過程そのものを大切にしながら頑張っている様子がうかがえます。 書き上げたノートを「見て!ここまでできたよ」と嬉しそうに見せに来る子どもたちの姿には、数字への興味が高まっていること、そして「自分でできた」という自信がしっかりと育っていることが感じられます。 ③さんこれからも、子どもたちが学ぶ時間を楽しみながら自分のペースで挑戦できるよう、一人ひとりの気持ちに寄り添いながら進めていきたいと思います。
4 体操	①体操発表会に向けて、少しずつ練習を進めています。最初の取り組みとして、基本となる4列に並ぶ練習を重ね、子どもたち一人ひとりが自分の立ち位置を覚えられるようにしています。並ぶ位置を確認しながら、友達との間隔に気を付けて立つことや、次にどこへ動くのかを意識して取り組む姿が増えてきました。 声かけを聞いてすぐに動き出し、自分が移動する方向を確かめながら走って位置につく姿も見られ、子どもたちの成長を感じます。 ②友達と並ぶことや、同じ動きを合わせることは難しい面もありますが、子どもたちは「できた!」という小さな成功を重ねながら、発表会に向けて意欲的に取り組んでいます。これからも、楽しさを大切にしながら、達成感や自信につながる時間となるように進めていきたいと思います。
5 音楽 (曲名)	[歌]きのこ まつぼっくり [楽器]すず タンバリン

[学年] 年少

[クラス名]

ひばり

[担任名]

黒川 和加

科目	所 感
1 読み	①月刊絵本をお友だちと一緒に声を合わせて読むことが嬉しい時間となっています。 無理に教え込むのではなく、遊びの中で自然に文字や言葉に触れ、「読めた！」という喜びを積み重ねていきます。 おうちでも、ぜひお子さまと一緒に絵本を読んだり、看板やメニューの文字を指さして「これなんて読むのかな？」と声をかけてみてくださいね。日常の中にある“読みのチャンス”が、学びの芽をぐんぐん育ってくれます。 これからも、子どもたちが言葉の世界を楽しみながら、自信をもって読めるようになるようサポートしていきます。
2 書き	①正しい鉛筆の持ち方や姿勢を意識しながら丁寧にノートを進めることに挑戦しています。 書きの時間に点線をなぞる練習からスタートし、少しずつ自分でバランスよく文字を書くことを意識できるようになってきました。最初は「なぞるだけ」だった子どもたちも、今では「どうやったらきれいに書けるかな？」と考えながら取り組む姿が見られます。 ヨコミネ式では、子どもが「ちょっとだけ難しいこと」に挑戦することで、やる気のスイッチが入ると言われています。書きの活動もまさにその通りで、線の太さや文字の大きさ、バランスを自分なりに工夫しながら、集中して取り組んでいます。 ご家庭でも、お子さまが書いた文字を見て「がんばったね」「バランスよく書けてるね」と声をかけていただけだと、自信につながります。
3 計算	①日々の生活の中で、子どもたちが時計の針に親しみ持てるよう、声かけを工夫しています。「長い針が5の時は何分かな？」と問いかけると、時計の周りに貼った“何分”の紙を見ながら、元気に答えてくれる姿が見られます。 時計の針に興味を持つ子どもたちが増えてきて、「今は何時？」「長い針がここにあるときは？」と、日常の中で時間を意識する姿が見られるようになりました。 数字をただ覚えるのではなく、生活の中で“使える力”として身につけることを大切にしています。 ②買い物ごっこをして数の概念を取り組んでいます。数の概念を深めるために1人ひとりが実際に手を動かしながら数えることで「1から10までの数量感」や「数の正しい順序」が身に付き遊びを通して数の理解を深めています。
4 体操	①笛の合図をよく聞き素早く動くことを意識して体操に取り組んでいます。1人ひとりが自分の目標を持って逆立ちやブリッジ回転に積極的に挑戦しています。諦めずに何度も挑戦する気持ちがどんどん育っています。 ②最近は足からブリッジ歩きや逆立ちの降り方に特に力を入れて練習しています。安全に、そして美しく動けるように、一人ひとりが意識して取り組んでいます。 ブリッジ歩きでは、足の運び方やバランス感覚を養いながら、体幹もぐんぐん強くなっています。逆立ちの降り方では、手の力だけでなく、タイミングや着地の感覚も大切にしています。最初は難しくても、繰り返し練習することで「できた！」の笑顔がどんどん増えてきました。 ご家庭でも、ぜひ「今日はどんな動きに挑戦したの？」と声をかけてみてください。子どもたちの成長と一緒に感じていただけたら嬉しいです。
5 音楽 (曲名)	[歌]きのこ まつぼっくり  [楽器]すず タンバリン

[学年] 年中

[クラス名]

はと

[担任名]

縄田 有子

科目	所 感
1 読み	①絵本を読んだ後には、その内容について子どもたちに尋ねています。最近では、内容をしっかり理解しながら読む姿が見られるようになり、自分の言葉で伝えようとする力が育ってきています。 ②冊数がなかなか伸びない子には「あと〇冊読んだらカードがもらえるよ」と声をかけることで、目標を持って取り組む姿勢が見られます。子ども同士でも「あと〇冊でカードがもらえる！」と楽しそうに話す様子がよく見られ、読みへの意欲につながっています。 ③音読はみんな大好きで「早く読みたい！」と目を輝かせながら取り組む姿が印象的です。自分の声で物語を届ける楽しさを感じながら、読む力も少しずつ育まれています。
2 書き	①毎日ノートを始める前に鉛筆の持ち方や正しい姿勢、手本をよく見て丁寧に書くことなど、基本的な確認を行ってから取り組んでいます。こうした習慣づけにより、集中して学習に向かう姿勢が少しずつ身についてきています。 ②自分で気を付けながら書く意識が持てるようになり、上手く書けていない字は「消してください」と言えるようになってきました。今後は、消しゴムを使わなくとも済むように、最初からゆっくり丁寧に書くことの大切さを伝えていきます。
3 計算	①ホワイトボードに足し算引き算の問題を書いておくと、登園後に子どもたちは自然と集まり、楽しそうに友だちと一緒に問題を解く姿が見られます。遊びのような感覚で算数に親しむ時間となっており、遊びへの意欲が育まれています。 ②ノートが進んだ子は自分で問題文を読み、考えて進める力がついてきています。自分のペースで取り組む姿に、成長を感じています。 ③数字が鏡文字になってしまふ子がいるので、正しい書き方を身につけられるよう今後も丁寧に声をかけていきます。
4 体操	①かけっこにはとても意欲的に取り組んでおり、子どもたちは毎回一生懸命に走っています。走る楽しさを感じながら、体力や集中力も育まれています。 ②壁逆立ち胸タッチが50回出来るようになった子の昼練習が始まりました。子どもたちはこの昼練にも意欲的で、楽しみながら参加する姿が見られます。 ③体が硬い子も毎日柔軟体操に取り組んでいます。少しずつ体の動きがスムーズになってきており、継続する力が育っています。 ④三点倒立では「ダンゴムシの形」で静止することを目指し、どの子も集中して取り組んでいます。
5 音楽 (曲名)	[歌] やきいもグーチーパー とんぼのめがね  [楽器] 大太鼓、小太鼓、ウッドブロック、タンバリン、すず、カスタネット

[学年] 年中

めじろ

[担任名]

副島 凜香

科目	所 感
1 読み	①月刊絵本を使って、先生や友だちと同じペースで読む練習を行いました。読むのがゆっくりな子は読んでいるところを見失わないよう指で文字を追い、読むのが早い子はゆっくりと丁寧に読めるように意識して取り組みました。 ②読み聞かせでは、静かに集中して聞き、物語の世界を楽しむ姿が見られます。また、読み聞かせで聞いた本に興味を持ち、「次は自分で読んでみたい」と手に取る子どももいます。 ③毎日ホワイトボードに書いている“今日のチャレンジ”を子どもたちに読んでもらっています。1学期は人前で読むことの恥ずかしさがありました。最近では自分から「読みたい！」と手を挙げてくれる子どもが多く見られるようになりました。これからもみんなの前で読む機会を継続的に増やし、自信をもって読み表現ができるようにしていきます。
2 書き	①書く前に正しい姿勢や鉛筆の持ち方を確認することで、気持ちを切り替えて集中して取り組めるようになってきました。 ②上手に書けている子のノートを掲示し、「どこが良いのか」「どうしたら上手く書けるか」と一緒に考えながら取り組むことで、「見て！きれいに書けたよ」と嬉しそうに見せてくれる姿が増えています。丁寧に書こうとする姿勢が見られるようになり、成長を感じています。 引き続き姿勢や持ち方を大切にし、丁寧に書く意識をより定着させていきます。
3 計算	①新しいノートに入り、引き算に取り組む子が増えてきました。「引き算＝減る」という意味を少しずつ理解しながら計算できるようになってきています。 ②100以上の数が苦手な子もいるため、みんなで100からの数字を練習しています。分かる子が分からない子に優しく教える姿も見られます。 ③「8」など書きにくい数字がある子は、1のノートに戻って練習し、正しい数字の形を意識して書けるようにしています。 これからも、数字の意味理解を丁寧に進めながら、個々に合わせた練習で無理なく計算の基礎を固めていきます。
4 体操	①体操が苦手な子も、「できた！」という成功体験が積み重なり、苦手な技にも意欲的に挑戦する姿が増えてきました。 ②三点倒立では、壁を使った練習から始め、慣れてきた子は壁から離れて挑戦しています。頭と両手の三点で止まるにはバランス力が必要で難しいですが、「10秒とまれた！」など、できる秒数が伸びることを嬉しそうに報告してくれています。 ③今月は体操発表会の練習が始まり、苦手な技を重点的に取り組む中で、“できなかったことができる”瞬間がたくさんありました。まだ苦手意識はありますが、繰り返しの練習が自信につながり始めています。これからも、子ども一人ひとりのペースを大切にしながら、「できた」を積み重ね、自信へつながるよう支援してまいります。
5 音楽 (曲名)	[歌] むしのこえ  [楽器] 大太鼓、小太鼓、ウッドブロック、タンバリン、すず、カスタネット

[学年] 年中

[クラス名]

ちどり

[担任名]

奥 有優

所 感		
科目		
1 読み		<p>①月刊絵本の読み聞かせでは、まず私の声に耳を傾けながら、指で文字を追うことから始めています。自分で読むだけでなく、友だちや先生の声に集中して耳を傾けることで、言葉への関心や理解が深まっています。</p> <p>②「きゃ」「ジュ」など、濁音や拗音を含む言葉をホワイトボードに提示すると、「読めるよ！」と自信を持って答えてくれる姿が見られます。まだ難しいと感じる子も、少しずつ読める言葉を増やしながら、前向きに取り組んでいます。</p> <p>③子どもたちにはそれぞれお気に入りの絵本があります。好きな絵本を繰り返し読むことも大切ですが、時には新しいジャンルにも挑戦してほしいと願っています。帰りの会では様々な絵本を紹介し、子どもたちの興味の幅が広がるよう工夫しています。</p>
2 書き		<p>①これまで「書くことが苦手」と感じていた子どもたちも、少しずつ自分で書けるようになり、「ヒントなしでも自分で書けたよ！」と嬉しそうに報告してくれる姿が増えてきました。自分で書けたという達成感が自信につながり、意欲的に取り組む姿勢が育まれています。</p> <p>②ノート活動の前には、カタカナやひらがなに親しむ時間を設けています。この時間を通して、正しい姿勢を意識したり、集中して取り組む環境づくりを行っています。書く準備を丁寧に整えることで、学びの質も高まっています。</p> <p>③椅子が傾いたり、横になつたりすると、文字の形にも影響が出てしまいます。自分の机に向かって、正しい姿勢で丁寧に書くことの大切さを、今後も繰り返し伝えていきます。</p>
3 計算		<p>①応用問題や繰り上がりのある足し算に取り組む中で、子どもたちは難しさを感じながら、あきらめることなく何度も挑戦しています。「できない…」と立ち止まるのではなく、「わかるようになりたい！」という気持ちで粘り強く取り組む姿がとても印象的です。計算ノートの活動を通して、「あきらめずにやり抜くこと」や「できたときの喜び」を実感しているようです。</p> <p>②この活動は毎日行っていますが、時にはノートの進み具合を比べて、子どもたちの中に自然と競争心が芽生えるよう工夫しています。また、2ページ・3ページと進められた日は、自分でスタンプを押したり、シールをもらったりする“ごほうびタイム”もあり、子どもたちのやる気につながっています。「もっとやる！」と目を輝かせながら、意欲的に取り組む姿がたくさん見られます。</p>
4 体操		<p>①体操発表会に向けて、子どもたちは「できること」を少しずつ増やしながら、意欲的に練習に取り組んでいます。「おうちの人を見てもらえる日」を楽しみにしながら、毎日前向きな姿を見せてもらっています。</p> <p>②体操の部屋では、怪我のないよう安全面にも十分配慮し、「気持ちの切り替え」を大切にすることを繰り返し伝えています。ふざけて行うのではなく、集中して取り組むことの大切さを、今後も丁寧に伝えていきます。</p> <p>③三點倒立の足の指の向きや、逆立ちの着地など、細かな部分にも意識を向けながら練習を重ねています。私たちの声かけがなくても、自分で気をつけて丁寧に動けるようになることを目指し、引き続き練習に励んでまいります。</p>
5 音楽 (曲名)		<p>[歌] むしのこえ</p> <p>[楽器] 大太鼓、小太鼓、ウッドブロック、タンバリン、すず、カスタネット</p>

[学年] 年長

[クラス名]

つばめ

[担任名]

奥瀬 文絵

科目	所 感
1 読み	① 絵本を読み終えた後、絵本ノートに記入する際に、毎回ではありませんが登場人物や物語の内容について一人ひとりに質問しています。すると、子どもたちは一生懸命に物語を語ってくれます。まるで先生と子どもが入れ替わったように、子どもたちが先生になって絵本を紹介してくれる姿が見られます。文字を追うだけでなく、物語をしっかり楽しみ、自分の言葉で表現できるようになっていることに驚かされます。 ② 読み聞かせの際には、絵本のイラストをじっくり見せることが難しいのですが、子どもたちが自分で絵本を読み返すと、先生が気づいていなかったイラストの面白い部分を発見してくれることが増えてきました。物語を楽しみながらイラストにも目を向け、より豊かに物語のイメージを膨らませている様子が見られます。
2 書き	子どもたちは国語ノートに自分の名前を書く練習を始めました。現在は縦書きで繰り返し練習を行い、見本を見ながら一人ひとりが書き順を守り、丁寧に書くことを意識しています。今後は横書きや、枠のない自由なスペースにも書けるよう練習を広げていきたいと考えています。 また、辞書引きの際に使う付箋も自分で書くようになり、限られたスペースに文字を書くことに少しずつ慣れてきました。カタカナやひらがなを文字数に合わせて大きさを工夫しながら、一生懸命書く姿が見られます。
3 計算	① 毎日のホワイトボードに書かれている簡単なたし算・ひき算の問題を、1回で正解できる子が増えてきました。最近では「8+2-5」のように3つの数字を使った計算問題や、「10+30」のような10以上の数を扱う問題にも挑戦しています。手を使って数える子もいれば、頭の中で計算する子もいて、それぞれの工夫が見られます。毎日の繰り返しによって、朝の準備を終えるとすぐに問題を見に行き、答えを伝えるまでのスピードもどんどん速くなってきました。 ② ノートの課題には、全員が集中して取り組んでいます。ただ、少し慌てて数字の書き順が雑になってしまうこともあるため、丁寧に書くように指導しています。
4 体操	最近の子どもたちの様子を見ていると、「跳び箱をしたい」「アザラシ回転をしたい」「逆立ち歩きをしたい」と、練習したい技を自分たちで明確に伝えてくれるようになってきました。 これまででは担任が計画を立てて練習内容を決めることが多かったのですが、今では子どもたちと一緒に内容を考える日もあります。 また、普段から取り組んでいる技についても、失敗せずに最初から成功できるよう、一人ひとりが意識して取り組む姿が見られるようになってきました。
5 音楽 (曲名)	[歌]「きのこ」「あわてんぼうのサンタクロース」「ドレミの歌」 軽快なリズムのつたを子ども達はとても気に入っています。  [楽器]「エーデルワイス」「すべての山に登れ」2曲の合奏のピアニカの担当、楽器の担当を決め、それぞれのパート練習がスタートしました。自分の担当の楽器の演奏をしっかりできるようになることも大切ですが合奏で周りの楽器の音を良く聞いたり、音の強弱にもこれから意識できるように指導を進めています。

[学年] 年長

[クラス名]

かなりや

[担任名]

堀内 聖希

科目	所 感
1 読み	<p>絵本の読み聞かせを通して、子どもたちが絵本の世界に入り込みやすいよう工夫をしています。物語の中から出てくる言葉について「これはなにか知ってる?」と問い合わせたり、「これはこういう意味だよ」と伝えたりすることで、子どもたちは言葉の意味を理解しながら物語を楽しむことができています。</p> <p>辞書引きの時間では、最後にみんなで同じ言葉を調べる活動を取り入れています。調べた言葉を一人ひとりが声に出して意味を読むことで、「正しく意味を読めているか」「どの部分を読むのか」を丁寧に確認できるようにしています。</p> <p>この取り組みによって、子どもたちは辞書の使い方に慣れるだけでなく、言葉の意味を自分の口で伝える経験を積み重ねています。</p>
2 書き	<p>小学校に向けて少しずつ国語ノートに「自分の名前を書く練習」を取り入れています。名前は一人ひとり違う文字が並ぶため、形や大きさのバランスを取ることが難しく、子どもたちも「どうしたらきれいに書けるかな?」と試行錯誤しながら取り組む姿が見られます。</p> <p>また、国語ノートの空いている部分に子どもたちが思いついた言葉を書き込む姿が見られます。自分の中でもうと浮かんだ言葉を形にすることで、文字を書くことが“練習”から“表現”へと広がっているようにも感じます。</p> <p>思いついた言葉を自由に書くことで、子どもたちは「書くことは楽しい」「もっと書いてみたい」という気持ちを自然に育んでいけるよう取り組んでいきます。</p>
3 計算	<p>ノートが進むにつれて子どもたちの計算スピードが速くなり、解答に自信を持って取り組む姿が見られるようになってきました。その一方で、早く解こうとするあまり問題文を十分に読まずに答えを出してしまうたり、数字の書き順が正しくないまま書いてしまう姿も見られます。</p> <p>そこで、計算に取り組む前に「問題文をしっかり読もうね」「数字は正しい書き方で書こうね」と声をかけ、スピードだけでなく正確さや丁寧さを意識できるようにしています。問題文を理解してから取り組むことで、ただ答えを出すだけでなく、算数の意味や考え方を理解する力が育まれていきます。</p>
4 体操	<p>体操発表会に向けて跳び箱の連続跳びに挑戦しています。子どもたちが集中して取り組めるように「〇回連續で成功しよう!」と目標を伝えることで、ただ挑戦するだけでなく、成功を積み重ねる意識を持って練習に励む姿が見られます。</p> <p>また、跳ぶ際に下に向いてしまうと頭が下がり、前に倒れてしまうことがあります。そのため「頭を上げて前を見て跳ぼうね」と声をかけることで、姿勢が安定し、前に倒れることも少なくなっていました。こうした指導を通して、子どもたちは“ただ跳ぶ”的ではなく、質を高めることの大切さを学んでいます。</p>
5 音楽 (曲名)	<p>[歌]「きのこ」「あわてんぼうのサンタクロース」「ドレミの歌」 軽快なリズムのうたを子ども達はとても気に入って歌っています。</p> <p>[楽器]「エーデルワイス」「すべての山に登れ」2曲の合奏のピアニカの担当、楽器の担当を決め、それぞれのパート練習がスタートしました。自分の担当の楽器の演奏をしっかりとできるようになることも大切ですが合奏で周りの楽器の音を良く聞いたり、音の強弱にもこれから意識できるように指導を進めています。</p>

[学年] 年長

[クラス名]

うぐいす

[担任名]

丹羽 藍

科目	所 感
1 読み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本読みでは、自分に合った絵本を選べるようになり、楽しんで読む姿が増えていました。絵本コーナーも活用しながら、さまざまな絵本に出会い、その世界を味わっています。</li> <li>・音読では、恥ずかしさを感じていた子も、繰り返しの練習を通して少しずつ自信をもって読めるようになってきました。恥ずかしながらも挑戦する姿が増え、小学生に向けて表現する力が育っています。</li> <li>・辞書引きでは、自分で調べた言葉を友だちと教え合ったり、付箋の数を増やすことを楽しみにしたりする姿が見られます。繰り返し取り組む中で、調べるスピードや正確さも増し、言葉に対する興味や理解が深まっています。</li> </ul>
2 書き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集中して丁寧に書く姿勢がさらに定着し、書く前に「どんな字にしたいか」を意識しながら取り組む姿が見られます。一文字ずつ形をそろえようとする気持ちが強くなり、書く時間に落ち着いて向き合えるようになってきました。</li> <li>・「ありがとう作文」に向けて、“ありがとう”的な文字と自分の名前を丁寧に書く練習をしています。相手に思いが届くように心を込めて書こうとする姿から、書くことの意味や気持ちを伝える大切さにも触れている様子が感じられます。</li> </ul>
3 計算	<ul style="list-style-type: none"> <li>・継続して暗算にも挑戦しており、繰り上がりの計算や2桁と1桁の計算にも取り組んでいます。これまで1桁同士の計算に時間がかかっていた子も、少しずつスピードが上がり、確実に力がついてきています。</li> <li>・計算の仕組みを理解したことで、ただ解くのではなく、数字をきれいに書くことや、早く正確に答えることを意識して取り組む姿が見られます。自分なりの目標をもって丁寧に進めることで、学びへの姿勢が大きく成長しています。</li> </ul>
4 体操	<ul style="list-style-type: none"> <li>・跳び箱では、毎日練習を重ね、7段を飛べる子が増えてきました。うまくいかない時も5段・6段で繰り返し練習し、少しずつ7段を安定して飛べるようになっています。</li> <li>・逆立ち歩きでは、友だちと一緒に取り組むことで練習の回数が増え、自然と歩ける距離が伸びています。互いに励まし合いながら挑戦する姿が、さらに意欲につながっています。</li> <li>・アザラシ回転では、マットを重ねて緩やかな坂を作り、回転しやすいように練習しています。合格すると少しずつマットを減らし、最後はフラットな状態で回れるようになってきました。そこからさらに、立ち上がりの練習にも挑戦しています。それぞれのレベルに合わせて取り組み、できた時には自信をつけながら意欲的に練習しています。</li> <li>・側転、三点倒立など、さまざまな種目にも継続して取り組んでいます。できるようになる喜びを感じながら、これからも練習を重ねていきます。</li> </ul>
5 音楽 (曲名)	<p>[歌]「きのこ」「あわてんぼうのサンタクロース」「ドレミの歌」 軽快なリズムのうたを子ども達はとても気に入っています。</p> <p>[楽器]「エーデルワイス」「すべての山に登れ」2曲の合奏のピアニカの担当、楽器の担当を決め、それぞれのパート練習がスタートしました。自分の担当の楽器の演奏をしっかりとできるようになることも大切ですが合奏で周りの楽器の音を良く聞いたり、音の強弱にもこれから意識できるように指導を進めています。</p>

## 手法・ヨコミネ式教育法への道 / その 13



### 【『書き』で大切にしていること！】

「字は人を表す」と言われます。そう聞くと、私のクセ字などは「せっかちで雑な人柄」がバレてしまいそうで、少々冷や汗ものです…。

最近、色々なところで見かけるペンの持ち方が実にバラエティ豊かです。まるで“個性派グリップ選手権”的よう。きれいに書ければそれでいい、という声もありますが、私たちはあえて「持ち方」にこだわります。正しい持ち方は姿勢や集中力にもつながり、書く姿が美しく見えるからです。そしてその際、もう一つ大切にしているのが「目と紙の距離」。つい前のめりになってしまふ子も多いのですが、目が近すぎると疲れやすく、視力にも影響します。背筋を伸ばし、適度な距離を保つことも、書く力を支える大切な習慣です。

一度ついたクセはなかなか直らないため、今のうちに、時には補助具も使いながら、丁寧に身につけてほしいと願っています。(ご家庭でも、ぜひご確認いただければと思います。)

書写では「お手本をよく見ること」が大切です。止め・はね・点の位置まで、細かく見て写す力は、観察力や注意力を育てます。やっと字が書けるようになったから「すごい！」で終わらず、最初だからこそ、少しづつ確実に身についていく。できないことを「ダメ」とは言わず、「あと少し！このハネがあったら完璧だったのに～！あ、もったいな～い！次はできるかな？」と声をかけることで、子どもの注意力がワンランク上гарのです。そして、できたときには心から褒める。その喜びは、子どもの心に深く残ります。

小学校に進むと、持ち方や書き方を丁寧に教わる時間は限られます。だからこそ今、身につけた習慣は、その子の一生の宝物になると信じています。小さな「書き」の時間に込めた私たちの願いが、ご家庭でもそっと育まれていきましたら幸いです。

ありがとう



\* このコーナーは、教職員の方々に向けた内容を保護者の皆様にご覧頂くことにより、普段、私達がどの様な気持ちでヨコミネ式教育法に取り組んでいるかをお知らせするものです。

2025・12



吉武寿一

## 【 我が子と楽しむワンポイント⑧ 】 ··· 12月号



## 「子どもの「集中力」を高めるコツ」

「集中しなさい！」と言って集中できるなら、言う方も言われる方も苦労しません。ヨコミネ式教育法では、まず“できること”から始めて、次に“その子にとって少しだけ難しいこと”を目標にするなどして集中できる環境から考えます。

幼稚園では、私と特別練習をしている時なら、それができたら「合格！」と言って自分の教室に帰れる仕組みを作ります。すると、残った子は「えっ、帰っていいの!?」と驚きつつ、自然と集中して取り組むようになります。子どもって、隣の子が合格と言われて喜んで帰る姿を見ると急にやる気が出るものです。

ご家庭でも応用できます。たとえば縄跳びなら、「10回跳べたら合格！」と決めて、達成したらおやつタイムにするなど。ここで大切なのは、目標を親が一方的に決めるのではなく、「10回？15回？どちらにする？」と候補を出して、子ども自身に選ばせること。自分で選んだ目標には、なぜか不思議と集中力が湧いてきます。子ども達なりに自分で選んだから！とでも言うのでしょうか。

さらにプラスαを加えるなら、10回・15回と目標を設定する子は、現在7回か8回は跳べる子です。つまり、片方はすぐに手が届きそうな目標で、もう一方は「今日の自分、ちょっとカッコいいかも」と思える挑戦。ここで親の“欲”を出して「じゃあ20回にしよう！」なんて言うと、子どもはおやつの方に集中してしまいますのでご注意を。

お手伝い、音読、片づけ…どんな場面でも「少し高い目標」を楽しく設定してみてください。集中力は、親子のやりとりの中で、ぐんぐん育ちますよ！

吉武 寿一

お家でできる、ちょっとした工夫をご紹介！  
遊びながらお子さんをサポートするワンポイントをお届けします。

## ※12月の給食より

### — 冬の訪れを味わい、からだを温める献立 —

#### 冬ならではの温かい献立が揃った12月

12月の給食は、冬の寒さを意識した“温かい・やさしい”味つけが多く、煮物や和え物、揚げ物など、体を温める調理法が多く見られました。

特に「南瓜の煮物」「里芋の煮物」「白菜の煮物」「じゃが芋の白煮」など根菜を使った一品が多く、寒い季節の栄養補給にぴったりです。発芽玄米入りのごはんも毎日提供され、安定して食物繊維を取り入れられる点も大きな特徴です。

#### たんぱく質がしっかりとれる主菜

子どもたちに人気の「鶏のから揚げ」「チキンナゲット」「鶏肉の醤油こうじ焼き」などが数回登場し、食べやすい味付けで“自ら食べる力”を伸ばしています。

また、「鮭のコーンマヨ焼き」「白身魚の青のり天ぷら」「さばの味噌煮」「さわらのごま焼き」など魚料理もバランスよく配置され、肉・魚の偏りが出ないよう工夫されています。

#### 旬野菜をたっぷり使った副菜

小松菜・ほうれん草・チンゲン菜・いんげんなど、緑黄色野菜が豊富に使われています。

特に以下のような“噛む力”を育てるメニューが多いのが12月の特徴です。

- れんこんの天ぷら／金平
- ごぼうの煮物
- さつまいの甘煮・大学芋
- カリフラワーの赤ドレサラダ・土佐煮

乳幼児期の「噛む体験」は脳の発達にも関わるため、この時期に繰り返し登場するのはとても良い傾向です。

#### 行事食・特別メニューの工夫

12月ならではの楽しみとして「クリスマスケーキ」や「フライドポテト」など、特別感のある献立が登場します。ただ“甘い・楽しい”だけではなく、主食・主菜・副菜とのバランスがしっかりと取れているのが当園の給食の良さです。

季節行事をきっかけに「食の楽しさ」を感じる経験にもつながっています。

## ● 子どもたちの声から見える“育ち”

食卓では、

- ・ 「れんこんポリポリやね！」
- ・ 「さつまいもあまい！」
- ・ 「ほうれん草も食べられたよ！」

などの声が多く聞かれ、苦手な食材にも少しづつ挑戦する姿がみられました。

“友だちと一緒に食べる”という集団の力が、食べる意欲を後押ししていることがよくわかります。

## ※ 冬に向けて体を整える食事

冬は体調を崩しやすい時期ですが、12月の献立は根菜・豆類・緑黄色野菜・魚がバランスよく組まれ、免疫力を高める食材が多い点が特徴です。

「炒り豆腐」「高野豆腐の含め煮」「豆腐ハンバーグ」「大豆フレーク焼き」など、大豆製品も豊富に使われ、鉄やカルシウムの補給にもつながります。

**太りすぎない・やせすぎない**

2025年  
12月

せいかつりづむ 生活リズムが きそくただ 規則正しい生活を!  
みだら ねんまつねんし せいかつ

はやねはやお 1日3食  
早寝早起き 決まった時間に  
をしよう 食べよう!

せいかつりづむ ととの げんき す  
生活リズムを整えて元気に過ごそう

TASTIPAL GROUP

## 12月献立表

### 12がつ こんだてひょう

月	火	水	木	金	土					
1	2	3	4	5	6					
■ごはん 米 発芽玄米 のり ■豚の生姜焼き ぶたにく たまねぎ 大豆油 しょうが りょうり酒 濃口しょうゆ さとう ■オクラとコーンの和え物 おくら コーン にんじん さとう 濃口しょうゆ ■カリフラワーの土佐煮 カリフラワー にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ かつおぶし ■焼きさつま芋 さつま芋 大豆油 しお	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■肉団子の甘辛煮 ★ミートボール 大豆油 さとう りょうり酒 濃口しょうゆ かたくり粉 ■うるわん草の和え物 うるわん草 はくさい さとう 淡口しょうゆ ■大根の煮物 だいこん にんじん 混合削りぶし だし昆布 さとう 淡口しょうゆ ■フルーツ：オレンジ オレンジ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■牛肉のケチャップ炒め ぎゅうにく たまねぎ にんじん マッシュルーム缶 大豆油 ケチャップ ウスターソース さとう しお 赤ワイン こしあわ ■★ブイヨン ■ブロッコリーサラダ ブロッコリー しお ★卵不使用マヨネーズ ■炒り豆腐 木綿とうふ たまねぎ にんじん ひじき 青ねぎ 大豆油 さとう りょうり酒 濃口しょうゆ かたくり粉 ■里芋のとも和え 里芋 さとう 濃口しょうゆ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■鶏肉の醤油こうじ焼き とりにく たまねぎ 醤油こうじ にんじん マッシュルーム缶 大豆油 ケチャップ さとう 濃口しょうゆ 塩昆布（佃煮） ■平天の煮物 ★さつまあげ にんじん 混合削りぶし だし昆布 さとう 淡口しょうゆ ■南瓜の天ぷら れんこん にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■フルーツ：バナナ バナナ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■白身魚の青のり天ぷら ホキ ごめ粉 かたくり粉 しお 青のり 大豆油 ■小松菜の味噌和え 小松菜 はくさい にんじん さとう みそ 淡口しょうゆ ■れんこんの煮物 れんこん にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■フルーツ：バナナ バナナ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■ホークハンバーグ 豚ひき肉 たまねぎ しお かたくり粉 大豆油 ケチャップ ■キャベツのフレンチサラダ キャベツ フレンチドレッシング ■じゃが芋のコンソメ煮 じゃがいも ★ブイヨン 淡口しょうゆ ■アスパラと人参のグラッセ アスパラガス にんじん マーガリン さとう しお					
I糖+ - 369kcal 蛋白質 11.1g 脂質 8.5g 食塩 0.8g	I糖+ - 297kcal 蛋白質 8.2g 脂質 4.6g 食塩 0.8g	I糖+ - 384kcal 蛋白質 10.4g 脂質 12.8g 食塩 0.8g	I糖+ - 393kcal 蛋白質 15g 脂質 12.2g 食塩 1g	I糖+ - 311kcal 蛋白質 10.4g 脂質 4.1g 食塩 0.6g	I糖+ - 338kcal 蛋白質 10.6g 脂質 7.8g 食塩 0.6g					
8	9	10	11	12	13					
■ごはん 米 発芽玄米 のり ■さばの味噌煮 さば しょうが みそ さとう りょうり酒 濃口しょうゆ ■いんげんのこま和え さやいんげん にんじん さとう 淡口しょうゆ すりごま ■がんもの煮物 がんもどき にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■南瓜の甘辛焼き かぼちゃ かたくり粉 大豆油 さとう りょうり酒 濃口しょうゆ	■☆☆☆特別給食☆☆☆ ■ツナのケチャップライス ツナ 発芽玄米 たまねぎ にんじん マーガリン ★ブイヨン ケチャップ グリーンピース ■コーンフレークチキン とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ ★卵不使用マヨネーズ コーンフレーク 大豆油 ■ブロッコリー・フレンチサラダ ブロッコリー にんじん フレンチドレッシング ■さつま芋のレモン煮 さつまいも さとう レモン果汁 ■フルーツ：オレンジ オレンジ	■セルフビンバ丼 米 発芽玄米 ■ビビンバ丼の具 豚ひき肉 さとう 濃口しょうゆ 大豆油 だし昆布 混合削りぶし かたくり粉 うるわん草 さとう 濃口しょうゆ にんじん しお 白ごま ごま油 ■里芋の煮物 里芋 にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■ごはんのポン酢和え 小松菜 はくさい にんじん ポンズ ■竹輪天 ★らくわ ごめ粉 かたくり粉 大豆油	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■カレーライス 米 発芽玄米 ぶたにく たまねぎ じゃがいも にんじん ★卵のツリカレールウ ■カリフラワーの赤ドレサラダ カリフラワー 赤ドレッシング ■フルーツ：バナナ バナナ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■チキンナゲット 鶏ひき肉 鶏とうふ しお ★卵不使用マヨネーズ 大豆油 ケチャップ ■チンゲン菜のナムル チンゲン菜 にんじん にんにく 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ ごま油 ■焼き野菜 れんこん ヤングコーン缶 大豆油 しお ■フライドポテト ポテト 大豆油 しお	I糖+ - 354kcal 蛋白質 11.1g 脂質 10.4g 食塩 0.8g	I糖+ - 407kcal 蛋白質 18.3g 脂質 8.8g 食塩 1.1g	I糖+ - 361kcal 蛋白質 13g 脂質 7.9g 食塩 1g	I糖+ - 383kcal 蛋白質 12g 脂質 13.6g 食塩 0.9g	I糖+ - 374kcal 蛋白質 10g 脂質 9.7g 食塩 1.8g	I糖+ - 376kcal 蛋白質 15.9g 脂質 10.8g 食塩 0.9g

■クリスマスケーキ  
こめ粉  
ベーキングパウダー  
さとう  
水  
キノーネ油  
I糖+ - 62kcal 蛋白質 0.5g  
脂質 1.6g 食塩 0.1g



# 12がつ こんだてひょう

月	火 15	水 16	木 17	金 18	土 20
■ごはん 米 発芽玄米 のり ■牛肉と玉ねぎの甘辛炒め ぎゅうにく たまねぎ 大豆油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ■小松菜のおかか和え 小松菜 はくさい にんじん さとう 淡口しょうゆ かつおぶし ■じゃが芋の白煮 じゃがいも にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■れんこんの天ぷら れんこん こめ粉 かたくり粉 しお 大豆油	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■豚肉の大豆フレーク焼き 豚肉 しお こしょう コーンスターク だいす華フレーク 大豆油 とんかつソース ■いんげんの味噌和え さやいんげん さとう みそ ■厚揚げの煮物 綿あつあげ にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■フルーツ：オレンジ オレンジ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■鶏のから揚げ とりにく にんにく しょうが しお こしょう コーン だいす華フレーク 大豆油 とんかつソース ■いんげんの味噌和え さやいんげん さとう みそ ■チングン菜の中華サラダ チングン菜 にんじん さとう 穀物酢 濃口しょうゆ ごま油 ■さつま芋の甘煮 さつまいも さとう さとう 淡口しょうゆ ■竹輪の炒め物 ★ちくわ 大豆油 さとう 濃口しょうゆ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■鮭のコーンマヨ焼き 鮭 りょうり酒 しお ★師不使用マヨネーズ コーン コーンペースト バセリ缶 ■ほうれん草のごまあえ ほうれん草 はくさい にんじん さとう 淡口しょうゆ 白ごま ■高野豆腐の含め煮 高野とうふ にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■金平ごぼう ごぼう にんじん 大豆油 さとう 濃口しょうゆ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■豆腐のハンバーグ ★とうふハンバーグ 大豆油 ケチャップ ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん さとう 淡口しょうゆ みそ ■南瓜の煮物 かぼちゃ にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■フルーツ：パナナ パナナ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ 大豆油 しょうが さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みそ ごま油 ■オクラの和え物 おくら にんじん さとう 濃口しょうゆ ■白菜の煮物 はくさい だし昆布 混合削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■千切大根の酢の物 千切大根 しめじ にんじん さとう 穀物酢 濃口しょうゆ
I群 - 366kcal 蛋白質 9.5g 脂質 11.3g 食塩 0.7g	I群 - 347kcal 蛋白質 12.1g 脂質 9.7g 食塩 0.7g	I群 - 428kcal 蛋白質 14.1g 脂質 14.5g 食塩 0.8g	I群 - 316kcal 蛋白質 12.8g 脂質 5.2g 食塩 0.8g	I群 - 316kcal 蛋白質 11.2g 脂質 7.2g 食塩 1g	I群 - 319kcal 蛋白質 10.3g 脂質 6.4g 食塩 0.6g
22	23	24	25	26	27
■ごはん 米 発芽玄米 のり ■鶏肉のさっぱり煮 とりにく さとう 濃口しょうゆ 穀物酢 水 ■チングン菜の和え物 チングン菜 にんじん さとう 淡口しょうゆ ■茄子の味噌炒め 茄子 たまねぎ 大豆油 さとう みそ ごま油 ■里芋の素揚げ 里芋 こめ粉 しお 大豆油	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■牛肉のソース炒め ぎゅうにく たまねぎ 大豆油 ★中濃ソース ■小松菜の醤油 小松菜 はくさい にんじん あおさ 濃口しょうゆ ■南瓜の洋風煮 かぼちゃ ★パイヨン 淡口しょうゆ ■フルーツ：オレンジ オレンジ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■さわらのごま焼き サワラ 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 たまねぎ マッシュルーム缶 大豆油 ケチャップ ウスターソース さとう しお ■ブロッコリーサラダ ブロッコリー しお ★師不使用マヨネーズ ■平天とベジの炒め煮 ★さつまあげ ミックスベジタブル 大豆油 だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ ■れんこんの金平 ちらしレモン水煮 にんじん 大豆油 さとう 濃口しょうゆ ■じゃが芋のコンソメ焼き じゃがいも ★パイヨン 大豆油	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■ポークチャップ ぶたにく りょうり酒 たまねぎ マッシュルーム缶 大豆油 ケチャップ ウスターソース さとう しお ■ブロッコリーサラダ ブロッコリー しお ★師不使用マヨネーズ ■平天とベジの炒め煮 ★さつまあげ ミックスベジタブル 大豆油 だし昆布 混合削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■ごぼうの煮物 ごぼう にんじん だし昆布 混合削りぶし さとう 淡口しょうゆ	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■鶏ささみの天ぷら ぶたにく りょうり酒 たまねぎ マッシュルーム缶 大豆油 ケチャップ ウスターソース さとう しお ■ほうれん草のきな粉和え ほうれん草 にんじん さとう 淡口しょうゆ ■もやしとわかめのナムル 緑豆もやし にんじん わかめ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ ごま油 ■大学芋 さつま芋 大豆油 さとう 黒ごま	■ごはん 米 発芽玄米 のり ■麻婆豆腐 豚ひき肉 しょうが にんにく たまねぎ 大豆油 赤だしみそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ 木綿こうふ かたくり粉 青ねぎ ■もやしとわかめのナムル 緑豆もやし にんじん わかめ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ ごま油 ■大学芋 さつま芋 大豆油 さとう 黒ごま
I群 - 389kcal 蛋白質 14g 脂質 10.5g 食塩 1.3g	I群 - 344kcal 蛋白質 8.7g 脂質 9.9g 食塩 0.6g	I群 - 328kcal 蛋白質 11g 脂質 6.2g 食塩 0.8g	I群 - 366kcal 蛋白質 12.3g 脂質 9.8g 食塩 0.7g	I群 - 338kcal 蛋白質 15.7g 脂質 5.5g 食塩 0.6g	I群 - 399kcal 蛋白質 11.8g 脂質 11.4g 食塩 0.7g

9日は幼稚園の『クリスマス会』の日。  
その日に合わせてクリスマスの献立にしました。  
ケーキも提供しますね！



※ さば(8日)、鮭(18日)、さわら(24日)が給食にです。

※ 食べたことがない食材は、その日までにお家で食べさせて様子を見てください。



※仕入れの都合により、献立を変更する場合がございます。ご了承ください。



## 食育だより



今年も残すところあとわずかになりました。これから年末にかけてのクリスマス、年越しなど楽しみがいっぱいです。手洗いや早寝・早起き・朝ごはんがしっかりできているか振り返り、元気に新年を迎えるように準備しましょう。

### 冬休みの食生活について

もうすぐ冬休みが始まります。クリスマスやお正月などの楽しい行事がいっぱい、食べる量が増える機会が多い一方で、外で体を動かす機会は少なくなりがちです。寒さに負けず、意識して体を動かすようにしましょう。

#### 「早寝・早起き・朝ごはん」で、生活リズムを整えましょう



朝起きるのがつらい季節ですが、早寝・早起きをして、朝ごはんをしっかりと食べましょう。朝ごはんを食べることで体が温まり、脳にエネルギーが補給されて、元気に活動ができるようになります。また、日中は明るい環境で体を動かす習慣をつけると、寝つきもよくなり、1日の生活リズムが整います。

#### 食べ過ぎに気をつけましょう



食事はゆっくりよくかんで食べ、腹八分目を心がけましょう。おやつを食べる場合は、朝・昼・夕の食事が食べられなくなるよう、時間と量を考えることが大切です。テレビなどを見ながらといった「ながら食べ」や、時間を決めずにダラダラ吃べるのは、肥満や虫歯のリスクが高まります。

#### 伝統行事に触れる機会にしましょう



近年、家庭で郷土料理や行事食を食べる機会が少なくなっています。新しい1年を迎えるお正月は、さまざまな習慣が残っていますので、ぜひ家庭や地域に伝わる料理を味わう機会にしていただければと思います。



寒い冬が旬のタラは、脂肪が少なくてヘルシーな魚。さまざまな調理法でおいしく食べられますが、おすすめは鍋物。ほかの野菜といっしょにとることでバランス良く摂取することができます。



みかんはビタミン C がそのままとれて免疫機能を高め、風邪の予防につながります。疲労回復の効果があるクエン酸も含まれています。

#### 世界のクリスマスのお菓子

フランス…ブッシュドノエル  
ブッシュは「薪」、ノエルは「クリスマス」を意味し「クリスマスの薪」をイメージしたケーキです。この形になった理由には諸説ありますが、キリストの誕生を祝い、夜通し暖炉に薪をくべて燃やしたことから、薪をかたどったといわれています。

ドイツ…シュトレン(シュトーレン)  
ナツツヤやドライフルーツ、バターを練り込んで焼き上げたパンです。11月頃に作り、日曜日ごとに少しずつスライスしたものを食べてクリスマスを待ちます。

イタリア…パネットーネ(パネットーネ)  
ドライフルーツの入った、イタリア伝統の菓子パンです。パネットーネ種という自然酵母を使って発酵させて作られます。

## ほけんだより



認定こども園  
四條畷学園大学附属幼稚園  
保健室 中川 法子

ジングルベルの鐘の音が聞こえる季節になりました。空気が乾燥して、感染流行のシーズン到来です。手洗い・うがい・加湿をして、かぜやインフルエンザ・コロナウイルスの感染に気をつけましょう。

### ウィルスに好き嫌いをインタビュー

#### 好きなものは

ウィルスはかわいた空気がだいすき。  
空気がかわいていると、ふわふわ飛びやすく  
のどや鼻の中がかわいてカサカサになったら  
線毛の動きが弱まり、ウィルスがからだのなかに  
入っていきやすくなるんだ。

#### 嫌いなものは

ウィルスは湿った空気が苦手なんだ。  
湿気があると空気の中が飛びづらいし  
人間ののどや鼻の中がうるおって、線毛に  
つかまって、体の外にだされてしまうんだ。

### のどのイガイガ、肌のカサカサ 犯人は暖房

寒いと暖房を使う時間が長くなります。暖房を  
使うと、室内の湿度が下がり、乾燥してのどや肌  
も乾きやすくなります。

#### 乾燥から守る3つの技

加湿する 水分をこまめにとる スキンケアをする



### 冬こそ日光を浴びよう

私たちが「安心する」「楽しい」と感じるとき、幸せホルモンのセロトニンが働いています。  
このセロトニンは、睡眠のリズムを整えるメラトニンのもとになります。

#### 冬は幸せホルモンが減る

冬になると気分が沈みがちになったり、眠りすぎ  
てしまつたことはありませんか？セロトニンは  
日光を浴びると分泌が促されるので、日照時間が  
短くなる冬は十分に分泌されず、睡眠や感情の  
コントロールが上手くいかなくなることがあるの  
です。



#### 冬も幸せホルモンを作りだすコツ

1日30分を目安に日光を意識的に浴びる  
ようにしましょう。メラトニンが分泌される  
までには14～16時間ほどかかるので、睡眠の  
質を上げるには午前中に浴びるのがおススメです。

### 冬にくしゃみが出るのはなぜ？

鼻の粘膜が刺激され、その刺激が神経から呼吸を行うときに使われる筋肉に伝わると、反応した  
筋肉は緊張します。この緊張がピークになるとくしゃみが出るといわれています。  
寒い時期は冷たい空気自体が粘膜への刺激になるのです。  
また、冬は空気が乾燥しているせいで空気中に浮きやすくなったウィルスなどを吸い込み  
がち。くしゃみは、良くないものを体の外へ出す大きな役割も担っています。



**[正課] 英語・体操・音楽・水泳指導日年間予定表**

**英語指導日 (ECC)**

**水曜日**

**対象：年長児**

**実施日：N 表示**



**04月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16 N	17	18	19
20	21	22	23 N	24	25	26
27	28	29	30			

**05月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21 N	22	23	24
25	26	27	28 N	29	30	31

**06月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4 N	5	6	7
8	9	10	11 N	12	13	14
15	16	17	18 N	19	20	21
22	23	24	25 N	26	27	28
29	30					

**07月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2 N	3	4	5
6	7	8	9 N	10	11	12
13	14	15	16 N	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

**08月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27 N	28	29	30
31						

**09月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
	1	2	3 N	4	5	6
7	8	9	10 N	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24 N	25	26	27
28	29	30				

10/8・・・参観

**10月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
5	6	7	8 N	9	10	11
12	13	14	15 N	16	17	18
19	20	21	22 N	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

**11月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
2	3	4	5 N	6	7	8
9	10	11	12 N	13	14	15
16	17	18	19 N	20	21	22
23	24	25	26 N	27	28	29
30						

**12月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
						1
7	8	9	10 N	11	12	13
14	15	16	17 N	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

**01月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 N	15	16	17
18	19	20	21 N	22	23	24
25	26	27	28 N	29	30	31

**02月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4 N	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25 N	26	27	28

**03月**

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## 体操指導日（コスモスポーツクラブ）



	2歳児(月)				3歳児				4歳児(木)				5歳児(金)			
4月										24				18	25	
5月			15 (木)	29 (木)	7 (水)		21 (水)	30 (金)		8	15	29	9	16	23	
6月	12 (木)	16	23	26 (木)	11 (水)	16 (月)		26 (木)		12	19			13	23 (月)	27
7月	3 (木)	10 (木)	14	17 (木)	2 (水)		14 (月)		3	11 (金) 参観	17		10 (木)	18		
8月	4			28 (木)	4 (月)			27 (水)	7			28	1			29
9月	1	8	22	25 (木)	1 (月)	8 (月)	22 (月)		4		18	25		12	19	26
10月	6	9 (木)	20	27	6 (月)	16 (木)	20 (月)	27 (月)	2	9	23		8 (水) 参観	17	24	
11月	6 (木)	17	21 (金) 参観				21 (金) 参観	27 (木)	6		20		17 (月)			28
12月	1	8	18 (木)		1 (月)	8 (月)			4		18		5	12		
1月	8 (木)	15 (木)	19	29 (木)	8 (木)		19 (月)			15	22	29	9	16		30
2月	2	9	19 (木)	26 (木)	2 (月)	9 (月)	19 (木)			12		26	6		20	
3月	2	9	12 (木)		2 (月)	9 (月)			5	12			6			

計37回

計28回

計28回

計28回

## 音楽指導日（四條畷学園音楽教室）



学年	指導日（原則）	
マタニティ＆0・1歳児親子教室	金曜日：楽器指導（4週に1回）	
1歳児親子教室	水曜日：楽器指導（4週に1回）	
2歳児（ひよこ組）	未実施	
2歳児（りす組）	火曜日：楽器指導	木曜日：歌唱指導
3歳児	水曜日：楽器指導（4週に1回）	金曜日：歌唱指導
4歳児	金曜日：楽器指導（4週に1回）	金曜日：歌唱指導
5歳児	水曜日：楽器指導（3週に1回）	木曜日：歌唱指導

## 水泳指導日（四條畷学園水泳教室） 指導曜日：火曜日（原則）



2025年度は終了しました。

### 《期間》

年少組：5月20日（火）～9月30日（火）

年中組：5月13日（火）～9月30日（火）

年長組：5月13日（火）～9月30日（火）

### 《場所》

四條畷学園屋内プール

### 《注》

各学年とも夏休み期間中の正課はありません。夏期講習を受講ください。

## [お知らせ] 保護者の皆様：2025年度 年間行事のご案内

日頃は園の運営にご理解、ご協力いただき、誠にありがとうございます。2025年度の保護者の皆様に  
関わる主な行事日程をまとめましたので、ご案内いたします。

詳細な日程や最新情報は、コドモンの予定表にて随時更新いたしますので、ご確認ください。

### ご注意

- 今後の状況により、日程が変更・中止、または新たな行事が追加される場合がございます。
- 変更が生じた場合は、コドモンにて速やかにお知らせいたします。

### 1. 参観

\*学年ごとに開催される参観日に、参観後、**保護者講演会**がございます。幼児活動研究会で長年ヨコミニ式教育に基づき様々な園を指導してきた専門家である教頭による講演です。ぜひご参加ください。



No	日程	対象学年	時間	内容	備考
1	5月24日	土	9:40～10:25	自由参観	振替休日：5/26（月） [預かり保育有]
2	7月11日	金	9:30～10:30	体操指導（各クラス30分）・自由参観	体操指導：コスモスポーツ
			10:45～11:45	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
3	9月9日	火	10:45～11:00	水泳指導	温水プール
			11:45～12:00		
			9:50～10:10		
4	9月17日	水	9:50～10:10	祖父母招待会	祖父母の方とのふれあい
			9:40～10:10		
			10:25～10:55		
			11:10～11:40		
5	10月8日	水	9:30～11:10	英語指導・体操指導・自由参観	英語指導：ECCシニア 体操指導：コスモスポーツ
			11:15～12:00	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
6	10月31日	金	10:10～10:40	自由参観	
			10:40～11:20		
			9:30～10:10		
			11:20～12:00		
7	11月21日	金	9:45～11:00	体操指導（各クラス25分）・自由参観	体操指導：コスモスポーツ
			11:15～12:00	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
8	3月4日	水	9:30～10:00	すずめ・はと・かなりや	保護者の方と園児とのふれあい
			10:10～10:40	ぺんぎん・ちどり・うぐいす	
			10:50～11:20	ひばり・めじろ・りす	
			11:30～12:00	つばめ	

## 2. 主な行事等

日程	対象				内容	備考
	2歳児	年少	年中	年長		
4月9日	水		○	○	進級式	午前保育
4月10日	木	○			入園式	教育時間の保育なし
4月14日	月	○	○	○	個人懇談	4/14~4/17(午前保育)
5月7日	水	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
5月15日	木	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
6月20日	金	○	○	○	ふれあいフェスティバル	場所:ラクタブドーム サブアリーナ
6月24日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
7月5日	土	○	○	○	夏まつり	
7月15日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
7月24日	木	○	○	○	終業式	午後保育
7月25日	金			○	お泊り保育	7/25~26
8月26日	火	○	○	○	始業式	午後保育
9月11日	木	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
10月1日	水	○	○	○	入園面談	休園日(預かり保育有り)
10月7日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
10月29日	水	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
11月12日	水	○	○	○	個人懇談[希望者]	11/12~11/14(午前保育)
12月2日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
12月18日	木	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
12月19日	金	○	○	○	終業式	午後保育
1月7日	水	○	○	○	始業式	午後保育
1月20日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
1月24日	土	○	○	○	体操発表会	
2月10日	火	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
2月14日	土	○	○	○	音楽発表会	
3月14日	土			○	卒園式	年長以外休園(預かり保育有り)
3月19日	木	○	○	○	修了式	午後保育

[給食試食会・教育相談予約：ここをクリックください。](#)



## [お知らせ] 保護者の皆様：2026 年度 年間行事のご案内（速報）

日頃は園の運営にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

本資料は、2026 年度の年間行事について、現時点での調整中の内容を取りまとめた速報版です。今後の状況により、日程および内容が変更となる場合がございます。

確定版（確報）は 2026 年 4 月発行の「園だより」にてお知らせいたします。

また、変更が生じた際は、都度コドモンにて速やかにご案内いたします。

### 1. 参観【2026 年度】（速報）

\* 学年ごとに開催される参観日に、参観後、**保護者講演会**がございます。幼児活動研究会で長年ヨコミニ式教育に基づき様々な園を指導してきた専門家である教頭による講演です。ぜひご参加ください。

No	日程		対象学年	時間※	内容※	備考
1	5月23日	土	2歳児	9:40～10:25	自由参観	振替休日：5/25（月） 〔預かり保育有〕
			3歳児			
			4歳児			
			5歳児			
2	7月9日	金	4歳児	9:30～10:30	体操指導（各クラス30分）・自由参観	体操指導：コスマスボーツ
				10:45～11:45	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
3	9月8日	火	3歳児	10:45～11:00	水泳指導	温水プール
			4歳児	11:45～12:00		
			5歳児	9:50～10:10		
4	9月16日	水	2歳児	9:50～10:10	祖父母招待会	祖父母の方とのふれあい
			3歳児	9:40～10:10		
			4歳児	10:25～10:55		
			5歳児	11:10～11:40		
5	10月1日	水	5歳児	9:30～11:10	英語指導・体操指導・自由参観	英語指導：ECCジニア 体操指導：コスマスボーツ
				11:15～12:00	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
6	10月16日	金	2・3歳児	9:45～11:00	体操指導（各クラス25分）・自由参観	体操指導：コスマスボーツ
				11:15～12:00	保護者講演会（質疑応答を含みます）	
7	11月30日	月	2歳児	10:10～10:40	自由参観	
			3歳児	10:40～11:20		
			4歳児	9:30～10:10		
			5歳児	11:20～12:00		
8	3月5日	水	ふれあい参観	9:30～10:00	すずめ・はと・かなりや	保護者の方と園児とのふれあい
				10:10～10:40	ぺんぎん・ちどり・うぐいす	
				10:50～11:20	ひばり・めじろ・りす	
				11:30～12:00	つばめ	

※時間、内容は2025年度のものを記載しています。2026年度は変更する場合があります。

## 2. 主な行事等（予約受付前）【2026 年度】（速報）

日程		対象				内容	備考
		2歳児	年少	年中	年長		
4月9日	木			○	○	進級式	午前保育
4月10日	金		○			入園式	年少以外休園日（預かり保育有り）
4月14日	火	○	○	○	○	個人懇談	4/14～4/17(全日午前保育)
5月8日	水	○	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
5月14日	木	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
6月23日	火	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
6月27日	土	○	○	○	○	ふれあいフェスティバル	場所:四條畷学園高等学校体育館 振替休日:6/29(月)[休園日]
7月14日	火	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
7月23日	木	○	○	○	○	終業式	午後保育
7月24日	金				○	宿泊保育	7/24～25午前
8月25日	火	○	○	○	○	始業式	午後保育
9月10日	木	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
10月1日	木					入園面談	休園日（預かり保育有り）
10月8日	木	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
10月27日	火	○	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
10月31日	土	○	○	○	○	秋まつり	振替休日:11/2(月)
11月11日	水	○	○	○	○	個人懇談[希望者]	11/11～11/13(全日午前保育)
12月1日	火	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
12月17日	木	○	○	○	○	給食試食会	保護者の方対象[定員制・事前申込み]
12月18日	金	○	○	○	○	終業式	午後保育
1月8日	金	○	○	○	○	始業式	午後保育
1月19日	火	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
1月23日	土	○	○	○	○	体操発表会	
2月10日	火	○	○	○	○	教育相談会	予約制(1人45分)
2月20日	土	○	○	○	○	音楽発表会	
3月13日	土				○	卒園式	年長以外休園（預かり保育有り）
3月19日	金	○	○	○		修了式	午後保育

※日曜日・祝日・休日、年末年始（12/29～1/3）以外の休園日には預かり保育・預かり保育があります。

給食試食会・教育相談予約：ここをクリックください。（受付前）



## [お知らせ] 給食試食会・教育相談会

### 1. 給食試食会 [対象: 全保護者]

(ひな組・ことり組・ひよこ組を含みます)]

お子様が幼稚園で毎日食べている給食を、保護者の皆さんにもぜひ体験していただきたく、試食会を開催いたします。

#### 安心・安全でおいしい給食を体験

当園の給食は、栄養バランスはもちろん、アレルギーにも配慮した**低アレルゲン献立**です。お子様が毎日安心して食べている給食を、保護者の皆様にも実際に味わっていただき、その安全性とおいしさを実感していただきたいと思います。



#### 保護者同士の交流の場にも

試食会では、和やかな雰囲気の中、保護者の皆さん同士で情報交換や交流を深めていただけます。お子様たちの食生活について、一緒に語り合いませんか？

#### お子様の健やかな成長のために

幼稚園の給食は、お子様の健やかな成長を支える大切な要素の一つです。この機会にぜひ給食を体験していただき、お子様の食生活への理解を深めていただければ幸いで

す。

**皆さまのご参加を心よりお待ちしております。**

[日程] 12月18日(木)

[時間] 11:30～12:30

[定員] 10名

[申込み] [ココをクリック](#)または二次元バーコードからお申し込みください。



### 2. 教育相談会 [対象: 全保護者 (ひよこ組を含みます)]

お子様の成長について、少しでも気になることや不安なことはありませんか？当園では、お子様一人ひとりの健やかな成長をサポートするため、長谷園長による個別相談会を実施いたします。

#### 長谷園長は、発達に関する専門家です

- ・学校心理士、臨床発達心理士、ガイダンスカウンセラー、1級こども環境管理士、認定ベビーシッターといった専門資格を有し、
- ・元四條畷学園短期大学保育学科教授として、教育学・教育心理学を長年研究・指導してきました。

### 相談内容

- ・お子様の発達に関するご相談
- ・その他、子育てに関するお悩みなど

### 個別相談で安心

- ・1対1の個別相談ですので、安心してお話いただけます。
- ・お子様一人ひとりの状況に合わせて、丁寧にお話を伺い、適切なアドバイスをいたします。

お子様の成長について、専門家にご相談いただける貴重な機会です。ぜひお気軽にご参加ください。

[日程] 12月 2日(火)、1月20日(火)、2月10日(火)

[時間] 各日共通

- ①10:00～10:45
- ②11:00～11:45
- ③13:00～13:45
- ④14:00～14:55

[定員] 各時間帯1家族

[申込み] [ココをクリック](#)または二次元バーコードからお申し込みください。



## [地域貢献] 2025 年度のご案内

地域の皆さんと未来の園児たちに向けて、当園では子育て支援や幼稚園紹介のイベントを開催しています。お子さまが安心して遊べ、保護者の方が気軽に交流・相談できる場です。

### 1. つどいの広場

子育て中の皆様が交流できる場です。お子さまが遊ぶ横で安心してお話しいただけ、育児相談や看護師による個別相談（個室あり）も可能。茶菓もご用意しています。

※対象：0～2歳児保護者・マタニティの方・未就園児教室在籍保護者

※定員：各回 2～10組程度

※時間：10:00～11:00

※日程：毎月 1 回金曜 (12/12, 1/30, 2/20, 3/18)

※申込：[ここをクリックください。](#)

※費用：無料



### 2. 未就園児遊ぼう会

幼稚園の遊戲室や園庭で、リトミック・造形遊び・水遊びなどを楽しみましょう。お友だちづくりの場としても最適です

※対象：0～2歳児の子育て中の保護者の方

当幼稚園の未就園児教室（ひな・ことり・ひよこ組）在籍の保護者の方も参加いただけます。

※定員：各回 30～40組程度

※時間：各回 10:00～11:00（受付：9:50 参加者交流：11:00～）

※日程：12月 17 日（水）プチクリスマス会（今年度最終回）

※持ち物：水筒、帽子、手拭きタオル、上履き（保護者様、お子様用）、外靴を入れる袋

※※申込：[ここをクリックください。](#)

※費用：無料





## [保育関係] 資料等 URL 一覧

各種資料は以下より閲覧ください。

学園幼稚園では保護者の方に重要な資料を公開しています。

### 1. 重要情報

#### [重要事項説明書（入園のしおり）] 2025 年 10 月 16 日版

[ここをクリックください。](#)

入園までの流れや教育方針、費用など、学園幼稚園の概要をまとめています。

安心してご入園いただくためにご一読ください。



### 2. ヨコミネ式教育法

#### ・[《ヨコミネ式》進行予定表]

[ここをクリックください。](#)

年間を通して取り組む活動の進行計画です。各学年の成長段階に合わせて、

無理なく力を積み重ねていきます。



#### ・[《ヨコミネ式》年間達成目標]

[ここをクリックください。](#)

「できた！」の喜びを重ねながら、自信と意欲を育てるための年間目標を

まとめています。



#### ・[《ヨコミネ式》取り組み方針]

[ここをクリックください。](#)

読み・書き・計算・体操を通して「自ら学ぶ力」を育む、本園の教育方針を紹介しています。



### 3. 給食

#### [給食における食物アレルギー対応について]

[ここをクリックください。](#)

全園児が安全に食事を楽しめるよう、アレルギーの有無にかかわらず

安心して選べる給食体制を整えています。



### 4. 課外教室

#### [開講課外教室一覧]

[ここをクリックください。](#)

学園幼稚園の課外教室は大阪でも有数の開講数。

子どもたちの「やってみたい！」を応援する多彩なプログラムがそろっています。



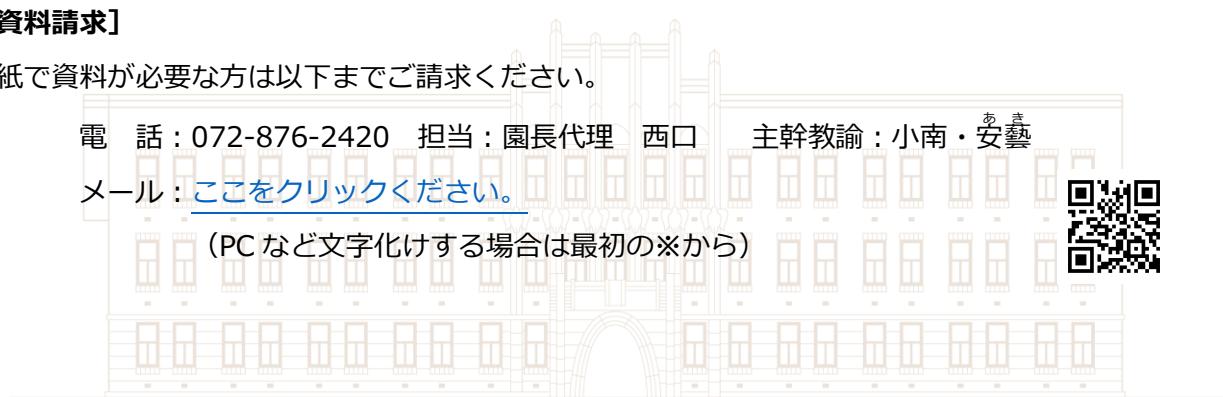
#### [資料請求]

紙で資料が必要な方は以下までご請求ください。

電 話 : 072-876-2420 担当 : 園長代理 西口 主幹教諭 : 小南・安藝

メール : [ここをクリックください。](#)

(PCなど文字化けする場合は最初の※から)



## [お知らせ] アンケート結果を公開しています

当園では、保護者の皆様の声を大切にし、より良い園づくりを目指すため、定期的にアンケートを実施しております。

アンケート結果は、透明性を確保するため、学校法人四條畷学園の WEB サイトにて公開しております。皆様からの貴重なご意見・ご要望を、園の運営に活かしてまいります。

### 公開内容

アンケートの集計結果

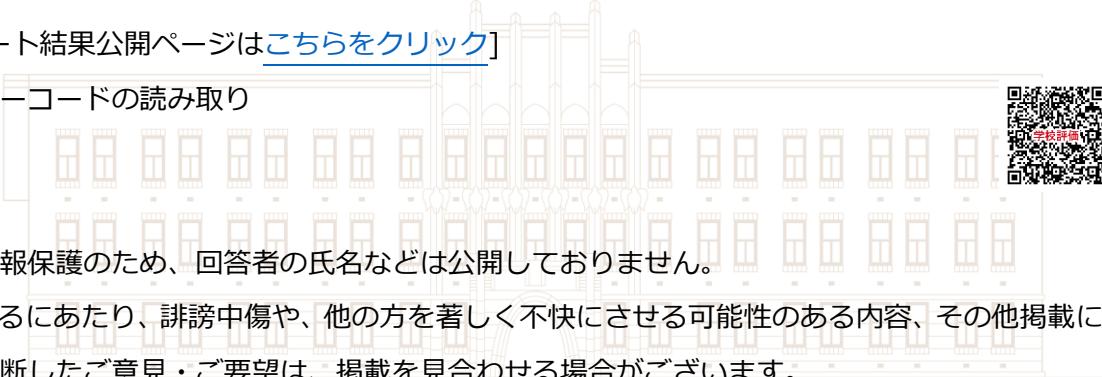
保護者の皆様からの主なご意見・ご要望

園の改善策

### 公開場所

[アンケート結果公開ページは[こちらをクリック](#)]

二次元バーコードの読み取り



### ご注意

- ・個人情報保護のため、回答者の氏名などは公開しておりません。
- ・公開するにあたり、誹謗中傷や、他の方を著しく不快にさせる可能性のある内容、その他掲載に適さないと判断したご意見・ご要望は、掲載を見合わせる場合がございます。
- ・アンケート結果に関するご質問は、お電話またはメールにてお気軽に問い合わせください。

## 12月の行事と子どもに伝えたいこと

日付	曜日	名称	概要	子どもに伝えたいこと
12月8日	月	針供養	折れたり古くなった針を供養し、道具に感謝をする日。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・物を大切にする心</li> <li>・道具への感謝</li> </ul>
12月13日	土	すす払い（大掃除の始まり）	神社や寺院で1年のすすを払う行事で、大掃除の起源。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・清潔にすることの大切さ</li> <li>・新年を迎える準備。</li> </ul>
12月21日頃	日	冬至	一年で昼が最も短い日。かぼちゃやゆず湯の風習あり。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・季節の変化</li> <li>・冬を健康に過ごす知恵</li> </ul>
12月28日迄	日	正月飾り	門松・しめ縄などを飾り、新年の神様を迎える準備。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・正月飾りの意味</li> <li>・日本の伝統文化</li> </ul>
12月初旬～中旬	-	お歳暮	お世話になった人へ感謝を伝える習慣。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感謝を伝える心</li> <li>・人を思う気持ち</li> </ul>
12月中旬～下旬	-	年賀状書き	新年の挨拶の手紙を準備する時期。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手紙を書く楽しさ</li> <li>・言葉で伝える力</li> </ul>
12月中旬～下旬	-	蚤の市	正月用品や縁起物を扱う市。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年末の準備</li> <li>・市場の楽しさ</li> </ul>
12月23日	火	上皇陛下のお誕生日	<p>上皇陛下は今年92歳をお迎えになります。</p> <p>キリストの誕生を祝う日。今は家族・友だちと楽しむイベント。</p> <p>※クリスマスはキリストの誕生を祝う記念日で、実際の誕生日ではありません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日本の歴史への関心</li> </ul>
12月25日	水	クリスマス	<p>キリストの誕生を祝う日。今は家族・友だちと楽しむイベント。</p> <p>※クリスマスはキリストの誕生を祝う記念日で、実際の誕生日ではありません。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・文化や習慣の違い</li> <li>・人と過ごす温かさ</li> </ul>
12月31日	水	大晦日	一年の最後の日。そばや除夜の鐘で新年への準備をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年の締めくくり</li> <li>・家族の時間の大切さ</li> </ul>



## [園児募集] 2026 年度 入園相談会・見学会（申込受付中）

2歳児～4歳児クラスの保育見学と入園相談を行います。実際の保育の様子をご覧いただきながら、教育方針や園生活について丁寧にご説明します。

編入希望の方もご参加いただけます。（※5歳児クラスへの編入は受け付けておりません）

### 1. 入園相談会・見学会

#### (1) 対象

学年	クラス	募集人数	生年月日
2歳児	-	約 25 人	2023 年 4 月 2 日～2024 年 4 月 1 日
3歳児	-	約 30 人 *	2022 年 4 月 2 日～2023 年 4 月 1 日
4歳児	-	若干名	2021 年 4 月 2 日～2022 年 4 月 1 日
未就園児 親子教室*	マタニティ・0歳児	約 10 組 × 1 クラス	2025 年 4 月 2 日～
未就園児教室*	1歳児	約 10 組 × 3 クラス	2024 年 4 月 2 日～2025 年 4 月 1 日
未就園児教室* [親子分離]	2歳児	約 10 人	2023 年 4 月 2 日～2024 年 4 月 1 日

\* 内部進学（2歳児クラス、学園保育園）は含みません。

#### (2) 日程

2025 年 12 月 3 日 (水)

2025 年 12 月 5 日 (金)

2025 年 12 月 10 日 (水)

#### (3) 時間

9：50～10：15 受付・資料配布（幼稚園エントランス前）

10：15～10：40 設備・保育見学

10：40～11：00 説明会・相談会（終了後、個別にご質問をお受けします。）

#### (4) 申込み（ネット申込み）

ネット申込みは[ココをクリック](#)ください。

または二次元バーコードからアクセスください。



## 2. 個別見学・相談

学園幼稚園への入園・編入（2歳児、満3歳児、3歳児、4歳児）、未就園児教室への入会・途中入会（0歳児親子、1歳児親子、2歳児【親子分離】）をお考えの方に、個別に園見学と相談会を開催します。（5歳児の編入はお受けしていません。）

※日時：ご希望の日時をお知らせください。保育の見学は午前中をお薦めします。

所要時間：30分～1時間

※定員：原則、同時間帯1組（少人数でじっくり見学・相談いただけます。）

※申込：ネット申込みは[ココをクリック](#)ください。

または二次元バーコードからアクセスください。



## [未就園児親子教室] 2026年度 マタニティ・0歳児親子教室「ひな組」ご案内

**はじめての子育てを、安心して楽しく。**

**マタニティの方や0歳児**を対象に、ふれあい遊びや育児相談、保護者同士の交流を行う親子教室です。看護師による健康相談もあり、初めての子育てでも安心。個別見学・相談はネットから簡単に申し込めます。

[個別見学・相談申込]

ここをクリックください。



### 特色あるプログラム

※四條畷学園音楽教室による音楽遊び（月1回）

※ベビーマッサージ・ベビーヨガ（有資格教員が担当）



### 対象

※マタニティの方

※0歳児（2025年4月2日以降生まれ）と保護者の方

（1歳児（2024年4月2日～2025年4月1日生まれ）の方も参加できます。）

### 概要

※募集集：10組×1クラス

※開講日：金曜 9:30～10:30

※開講月：2026年5月～

※費用：登録料 500円

会 費 1,000円（初月無料）／マタニティの方は全て無料

※内容：親子触れ合い遊び・保護者交流・育児相談・健康相談など

**いつでも入退会できます。2025年度教室に編入できます。**

## [未就園児親子教室] 2026年度 1歳児親子教室「ことり組」ご案内

### 親子でふれあい、安心して成長を育む時間を

「ことり組」は、**1歳のお子さまと保護者の方が一緒に参加する親子教室です。** ふれあい遊びや手作りあそび、リズムあそびなどを通して、親子の絆を深めながら、同じ年ごろのお子さまをもつ**保護者の方同士の交流の場**にもなっています。

看護師による健康相談もあり、初めての子育ても安心してご参加いただけます。

個別見学・相談はネットから簡単に申し込めます。

#### [個別見学・相談申込]

[ここをクリックください。](#)



### 特色プログラム

※四條畷学園音楽教室による音楽遊び（月1回）

※ベビーマッサージ・ベビーヨガ（有資格講師が担当）

### 対象

※1歳児（2024年4月2日～2025年4月1日生まれ）  
と保護者の方



### 概要

※募集集：10組×3クラス

※開講日：水曜日／① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45

金曜日／③10:45～11:45

水曜日、ご都合がつかない方は金曜日 9:30～10:30 の0歳児親子教室に参加いただくことができます。

※費用：登録料： 500円（0歳児親子教室から進級された方は不要です）

会費：月1,000円

（初めての方は初月無料〔ひな組から進級された方は初月も必要となります。〕）

※内容：親子触れ合い遊び・保護者交流・育児相談・健康相談など

いつでも入退会できます。2025年度教室に編入できます。



## [未就園児教室（親子分離）] 2026 年度 2 歳児教室「ひよこ組」園児募集（週 2 回）

### 幼稚園入園前のステップアップ！

「ひよこ組」は、2歳児を対象とした週2回の親子分離型クラスです。

ヨコミネ式教育法を取り入れ、遊びを通して生活習慣や社会性を楽しく身につけます。

「まだ毎日は不安…」という方も安心。週2回から園生活に慣れ、希望に応じて毎日通園クラスへの移行も可能です。個別見学・相談はネットから簡単に申し込みます。

**[個別見学・相談申込]**

[ここをクリックください。](#)



### 対象

2023年4月2日～2024年4月1日生まれ

### 概要

- ・募集：15名程度（親子分離）
- ・開講日：火・木（週2回）
- ・時間：9:30～12:30（慣れ保育あり）
- ・費用：登録料：500円  
(0歳児・1歳児親子教室からの進級者は不要)
- ・保育料：月1万円（8月不要）
- ・給食費：無料
- ・内容：ヨコミネ式教育法による保育等



いつでも入退会できます。2025年度教室に編入できます。



Shijonawate Gakuen Kindergarten

学ぶ喜びをずっと。

