



# 4月 園だより

鳴子清涼保育園

入園・進級おめでとうございます。新年度がスタートして、初めての環境に、緊張や不安、喜びや期待をふくらませていることと思います。新しいクラスが、一人一人の子ども達にとって居心地の良い場所となり、安心できるように気持ちに寄り添いながら過ごしていきたいと思ひます。今年度もご家庭の協力をよろしくお願い致します。

1	月	入園式	16	火	
2	火	慣らし保育	17	水	英語教室 (堇幼)
3	水		18	木	体育教室 (堇・幼)
4	木	テストメール	19	金	誕生会・安全生活指導 絵画教室 (幼)
5	金		20	土	クラス懇談会 たんぽぽ・桃試食会
6	土		21	日	
7	日		22	月	避難訓練 引き渡し訓練
8	月		23	火	
9	火		24	水	英語教室 (堇・幼)
10	水		25	木	体育教室 (堇・幼)
11	木		26	金	絵画教室 (幼)
12	金	絵画教室 (幼)	27	土	
13	土		28	日	
14	日		29	月	昭和の日
15	月		30	火	



今月のねらい

## たんぽぽ組

- ・個々の生活リズムに合わせて快適に過ごす。
- ・安心できる保育士を見つけ、触れ合い遊びを楽しむ。

## 桃組

- ・新しい環境に慣れ、安心して園生活を送る。
- ・保育士に見守られながら、好きな遊びを楽しむ。

## 堇組

- ・新しい環境に慣れ、一日の流れを知る。
- ・簡単な言葉を交わしながら、新しい環境や保育士に慣れる。

## 桜組

- ・喜んで登園し、保育士に親しみを持つ。
- ・好きな玩具を見つけて遊ぶ事を楽しむ。

## 向日葵組

- ・保育士に見守られながら、生活に必要な基本的習慣を身につける。
- ・春の自然に親しみ、詳しく調べたり遊びの中で使ったりする。

## 紫陽花組

- ・年長児になったことを喜び、意欲的に生活する。
- ・春の自然に触れたり、園庭で存分に体を動かしたりして、保育士や友だちと関わって遊ぶ。

## 園からのお願い

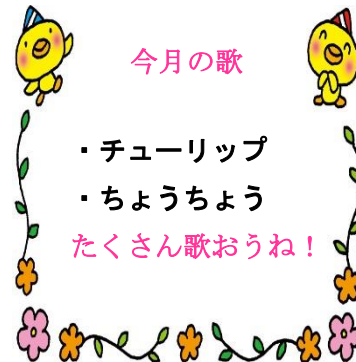
- ・4月の保育諸費料はゆうちょ銀行より4月26日(金)に引き落としされます。
- ・開園時間 (月曜日～土曜日)・・・7:00より  
閉園時間 (月曜日～金曜日)・・・19:00まで (土曜日)・・・18:00まで
- ・欠席、遅刻の場合は9:30までにご連絡ください。

## 園からのお知らせ

- ・年間行事予定表に6月20日(木)に歯科検診と記載してありますが5月30日(木)に変更となりました。
- ・乳児組 5/13～5/24・幼児組 5/27～6/7に個人懇談を予定しております。
- ・4月20日(土)全クラス懇談会・たんぽぽ、桃組試食会  
5月25日(土)紫陽花組保育参観給食・試食会を予定しております。

## 今月の歌

- ・チューリップ
  - ・ちょうちょう
- たくさん歌おうね!



## ご入園・ご進級おめでとうございます

園での給食は、子ども達にとって楽しみのひとつであると共に、発育期の子ども達の健全な心と体を育て、望ましい食習慣の基礎をつくるためにも大切なものです。子ども達にとってよりよい食経験の場となるような給食を作っていきたいと思っております。

### 和食を中心に

『和食(日本人の伝統的な食文化)』はユネスコ無形文化遺産に登録され、世界的にも誇れる食文化です。年中行事に合わせた様々な行事食や地域ごとの郷土料理、日本独自の食材や調理法など、健康的な日本の食文化を子ども達に伝えられるような給食を提供します。

### 素材の味を味わえる給食

素材の持っている味を十分に引出し、鰹・昆布・椎茸などからとった『だし』の旨味をかきかせることで、少ない調味料でもおいしく素材の味を味わえるように調理しています。また、味わって食べるには、よく噛んで食べることも大切です。しっかり噛む力がつくよう、切り方や茹で加減などを調整しています。

### 旬の食材をつかって

食材には、一番おいしくて一番栄養価の高い『旬』があります。旬の食材を食べる事で、その時期に必要な栄養を補うこともできます。食事を通して四季の移り変わりを感じられる給食を提供します。

### 食べ物を大切にし、感謝の心を持って

食べ物は全て命ある生き物でした。私達は食べ物の命を頂いて、命を繋げています。食べ物が生き物であったことがわかり、食べ物に感謝する心が育つよう、調理する前の食材にふれるなど、様々な工夫をしています。

## 今年度も、「みんなで楽しく・美味しく食べる経験」をたくさん重ねていきたいと思っております

### 今月の献立 pick up★

#### 桜餅風蒸しパン

桜の花びらを使った春らしいおやつです。米粉を使用し、もちりとした食感で、桜の爽やかな香りが春を感じさせてくれます。



### お知らせ

給食だよりでは子ども達に人気のメニューや旬のレシピを用いたメニューのレシピを掲載していく予定です。

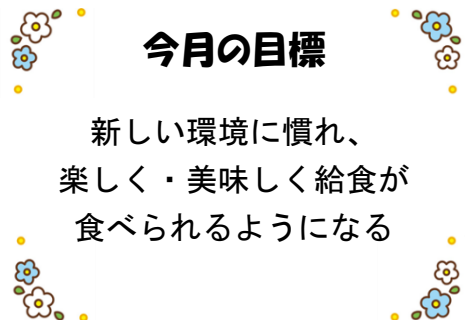
また、リクエスト頂いたレシピを法人ホームページの鳴子清涼保育園のトピックスにも掲載しています。

給食・おやつレシピが知りたい方は、お気軽にお声掛けください。



### 今月の目標

新しい環境に慣れ、  
楽しく・美味しく給食が  
食べられるようになる



#### 厚揚げと蒟のおかか煮

旬の蒟は、独特の香りや苦味があり、苦手な子どもも多いようです。園では、蒟を触ってみたり、すじ取りのお手伝いをするなど、まずは一口食べてみようと思えるような活動を取り入れています。

蒟の葉を使った蒟の葉味噌も、ごはんのお供におすすめです。

#### 空豆

絵本『そらまめくんのベット』はいろいろなお豆が登場し、子ども達の大好きな絵本のひとつです。

空豆はふわふわの鞘が特徴で、鞘ごと触ってみたり、子ども達に鞘取りのお手伝いをしてもらうなど、空豆くんと仲良くなれるような活動をする予定です。





# 2024年度

# 4月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる
1 ・ 18	月 ・ 木	豚丼  小松菜のコンコンサラダ	フルーツポンチ  牛乳	ぶたもも・油揚げ・普通牛乳	精白米・しらたき・三温糖	たまねぎ・にんじん・えのきたけ こまつな・りよくとうもやし みかん缶詰・白桃缶・パインアップ ル缶詰・バナナ
2 ・ 30	火	ごはん 厚揚げの中華炒め 牛蒡サラダ	若布おにぎり  牛乳	生揚げ・ぶたもも・豆みそ まぐろ水煮缶詰・しらす干し 普通牛乳	精白米・調合油・片栗粉 すりごま・マヨネーズ いりごま	りよくとうもやし・きくらげ・チンゲン サイ にんじん・ごぼう・きょうな コーン缶詰粒・乾わかめ
3 16 20	水 火 土	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	豆乳葛餅  牛乳	鶏むね・調整豆乳・きな粉 普通牛乳	精白米・三温糖・調合油 くず粉	だいこん・にんじん 干しいたけ・ひじき・キャベツ りよくとうもやし・梅びしお
4 ・ 17	木 ・ 水	赤飯 鱈の西京焼き 厚揚げと落のおかか煮 ごはん(17日)	桜餅風蒸しパン  17日:スナックパン 牛乳	あずき・さわら・淡色辛みそ 生揚げ・削り節・鶏卵 普通牛乳	精白米・いりごま・薄力粉 調合油・三温糖・上新粉 甘納豆(あずき) スナックパン	ふき・にんじん・桜の塩漬け
5 ・ 15	金 ・ 月	ロールパン 春野菜のポトフ ヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	鶏むね・ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン・じゃがいも ビスケット	たまねぎ・キャベツ・にんじん アスパラガス・バナナ
6	土	チキンライス  コンソメスープ	ソフトあられ  牛乳	鶏ひき肉・普通牛乳	精白米・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・青ピーマン トマトケチャップ・キャベツ コーン缶詰粒
8 ・ 24	月 ・ 水	麻婆丼  大根のじゃこサラダ	マカロニかりんとう 空豆(8日) 牛乳	ぶたひき肉・しらす干し 木綿豆腐・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 マカロニ・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・にら 干しいたけ・だいこん・だいこんの 葉 コーン缶詰粒・そらまめ
9 ・ 22	火 ・ 月	ごはん 白身魚の磯辺焼き ひじきと大豆の炒め煮	ココアトースト  牛乳	メルルーサ・大豆水煮缶詰 さつま揚げ・普通牛乳	精白米・薄力粉・調合油 三温糖・食パン ソフトマーガリン	あおのり・ひじき・ごぼう・にんじ ん さやいんげん・干しいたけ
10 ・ 25	水 ・ 木	ごはん 豆腐のチリソース煮 キャベツと若布のサラダ	みたらし五平餅  牛乳	木綿豆腐・ぶたかた 普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖 ごま油・いりごま・もち米 調合油	チンゲンサイ・にんじん・たまねぎ キャベツ・カットワカメ トマトケチャップ・コーン缶詰
11 ・ 26	木 ・ 金	食パン 鶏肉とじゃが芋のソテー ヨーグルト	せんべい 柑橘類 牛乳	鶏むね・ヨーグルト・普通牛 乳	食パン・じゃがいも 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・アスパラガス いよかん
12 ・ 23	金 ・ 火	ごはん 鶏肉のちゃんちゃん焼き 切干大根とひじきのサラダ	お麩ラスク  牛乳	若鶏むね・赤色辛みそ まぐろ水煮缶詰・普通牛乳	精白米・調合油・すりごま ごま油・観世ふ・有塩パ ター グラニュー糖	キャベツ・たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・青ピーマン 切り干し大根・乾ひじき・きょうな
13 ・ 27	土	にゅうめん 小魚スナック 柑橘類	ソフトせんべい  牛乳	ぶたもも・油揚げ・煮干し 普通牛乳	そうめん・ソフトせんべい	はくさい・にんじん・長ねぎ 干しいたけ・いよかん
19	金	カレーライス  マカロニサラダ	誕生会ケーキ  牛乳	ぶたもも・まぐろ水煮缶詰 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・じゃがいも カレールウ・マカロニ マヨネーズ・ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・キャベツ スナックえんどう・イチゴジャム





# 4月ほけんだより

## 鳴子清涼保育園

春の訪れとともに新学期を迎えました。こども達が健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができるようサポートしてまいりますので宜しくお願い致します。年度の初めは緊張からこども達も疲れやすくなっています。ご家庭ではゆっくり休養できるようご配慮をお願いします。



### 生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わる4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。



#### ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚めます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。

さらに、朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



### 登園前の体調チェック



園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前にチェックを行ってみてください。



- 熱はありませんか？
- 顔色はよいですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- いつもと違う様子はありますか？

## 頭ジラミ

体長は3mm程で、白っぽい灰色をしています。頭や耳の後ろに寄生し、髪の毛根元に卵を産みます。血を吸うと頭がとてもしかゆくなります。目視で確認できるので、髪の毛根元に抜け殻や卵がないか、定期的にチェックしましょう。



### チェック方法

成虫は見つけにくいので卵をチェックします。髪の毛の根元、特にえり足や耳の周りを見て、触って、卵を確認しましょう。軽いブラッシングや、手で払っても簡単に落ちないのが特徴です。



感染してしまったら、駆除用のスミスリンシャンプーを使用し、成虫を駆除しましょう。洗髪中に泡のついていない状態で、専用の目の細かいしでとかし、卵もなるべく取り除きます。その他、乾いた状態で卵のついていない毛を根元近くから切る。もしくは髪の毛全体を短く切ることも有効です。

布団は毎日干し、枕カバー、シーツ、タオル、下着などは、毎日こまめに取り替えましょう。また、これらの共用は避けましょう。洗濯後にはアイロンをかけると効果的です。



こまめに部屋の掃除をすることも、家族にうつさないための予防につながります。掃除機をしっかりとかけて、床に落ちた髪の毛を吸い取りましょう。