



園だより

東神の倉清涼保育園



1	月	入園式（在園児は通常保育）
2	火	慣らし保育（新入園児）
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	▼ 安全生活指導
9	火	体育教室（幼児）
10	水	安全生活指導週間 英語教室
11	木	
12	金	絵画教室
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	体育教室（檸檬・幼児）
17	水	英語教室
18	木	
19	金	絵画教室
20	土	クラス懇談会/ さくらんぼ・苺組試食会
21	日	
22	月	
23	火	クラス写真撮影 体育教室（檸檬・幼児）
24	水	英語教室
25	木	誕生会
26	金	絵画教室
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	

ご入園・ご進級 おめでとうございます

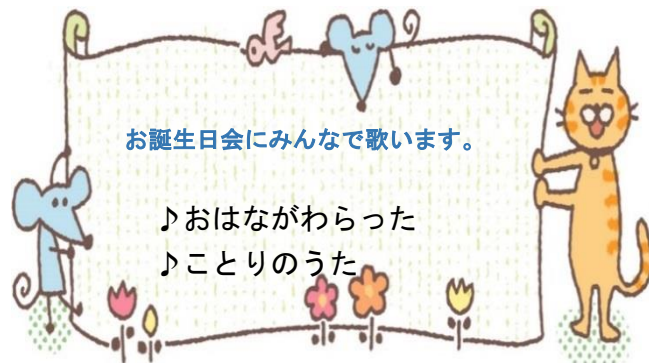
子ども達たちの気持ちも新たに、大きな期待に胸を膨らませて新年度が始まりました。新しいクラスの帽子や名札にも目をキラキラと輝かせていることと思います。ずっと一緒のお友達に、4月からかわいいお友達も増えました。みんなで仲良く楽しい保育園での生活がスタートできるよう、職員一同務めさせていただきます。

お知らせ

◎20日（土）クラス懇談会及び0・1歳児試食会につきましては、後日改めてきつずノートにてお知らせいたします。

◎23日（火）クラス写真の撮影があります。

今月の歌



来月の予定

11日（土） 親子遠足

30日（木） 誕生会

※すべての行事において都合により日程の変更、もしくは中止になる場合があります。



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います。

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』の旨味をかきさせることで、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ひます

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、もっちりとした食感で、桜の爽やかな香りが春を感じさせてくれます。



お知らせ

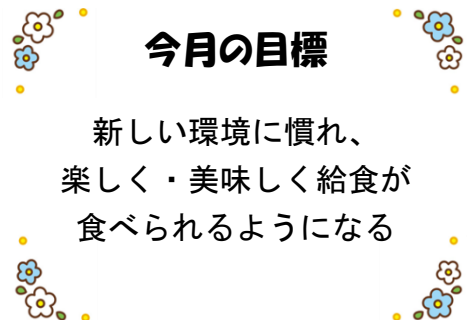
給食だよりでは子ども達に人気のメニューや旬のレシピを用いたメニューのレシピを掲載していく予定です。

また、リクエスト頂いたレシピを法人ホームページの東神の倉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。



令和6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 ・ 22	月	赤飯(22日:ごはん) 鱈の西京焼き 厚揚げと蒟のおかか煮	桜餅風蒸しパン 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・もち米・いりごま 薄力粉・上新粉・調合油 三温糖・甘納豆(あずき)	ふき・にんじん・桜の塩漬け
2 ・ 16	火	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	若鶏むね・調整豆乳 黄粉 普通牛乳	精白米・調合油・くず粉 三温糖	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
3 ・ 15	水 ・ 月	豚丼 小松菜のコーンサラダ	3日:クラッカー 15日:フルーツポンチ 牛乳	ぶたもも 普通牛乳	精白米・しらたき・クラッ カー	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 にんじん・みかん缶詰・バナナ 白桃缶詰・パインアップル缶詰 コーン缶詰
4 ・ 18	木	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 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・いりごま ごま油・マヨネーズ	りよくとうもやし・チンゲンサイ にんじん・きくらげ・ごぼう きょうな・コーン缶詰・乾わかめ
5 ・ 17	金 ・ 水	ロールパン 春野菜のポトフ カルシウムヨーグルト	せんべい バナナ 牛乳	鶏むね・カルシウムヨーグル ト 普通牛乳	ロールパン・じゃがいも 甘辛せんべい	たまねぎ・キャベツ・にんじん アスパラガス・バナナ
6 ・ 20	土	チキンライス コンソメスープ	ジャムサンド 牛乳	鶏ひき肉・普通牛乳	精白米・じゃがいも 食パン・調合油	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・いちごジャム ぶなしめじ
8 ・ 19 ・ 30	月 ・ 金 ・ 火	ごはん 白身魚の磯部焼き ひじきと大豆の炒め煮	8日:ココアトースト 19日:クラッカー 30日:クラッカー 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・有塩マー ガリン・クラッカー	あおのり・乾ひじき・ごぼう にんじん・鞘隠元・乾しいたけ
9 ・ 23	火	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・調合油	たまねぎ・にんじん・チンゲンサ イ・トマトケチャップ・キャベツ カットわかめ・コーン缶詰
10	水	カレー麻婆丼 大根のじゃこサラダ	マカロニ黄粉 空豆 牛乳	ぶたひき肉・木綿豆腐 しらす干し・黄粉・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 マカロニ・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ねぎ だいこん・だいこんの葉 コーン缶詰粒・そらまめ
11 ・ 24	木 ・ 水	ごはん 鶏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 マグロ水煮缶 普通牛乳	精白米・調合油・すりごま 窯焼きふ・有塩バター グラニュー糖・ごま油	キャベツ・たまねぎ にんじん・ぶなしめじ 青ピーマン・乾ひじき 切干大根・きょうな
12 ・ 26	金	食パン 鶏肉とじゃが芋のソテー カルシウムヨーグルト	ビスケット 柑橘類 牛乳	鶏むね・カルシウムヨーグル ト 普通牛乳	食パン・じゃがいも 調合油・ビスケット	にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ アスパラガス・いよかん
13 ・ 27	土	にゅうめん 小魚スナック 柑橘類	黄粉サンド 牛乳	ぶたもも・油揚げ・煮干し 黄粉・普通牛乳・調整豆乳	そうめん・食パン・三温糖	はくさい・にんじん・長ねぎ 乾しいたけ・いよかん
25	木	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 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 スナックえんとう・いちごジャム

4月ほけんだより

東神の倉清涼保育園

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

成虫の体長は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、髪の毛の根元に卵を産みます。血を吸うと頭がとてもかゆくなります。目視で確認できるので、髪の毛の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る状態で、専用の目の細かいくしでとかし、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る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。