



園だより 4月

植園清涼保育園



ご入園、ご進級おめでとうございます。うらかな陽気と共に新年度がスタートしました。新しいクラス、慣れない環境に不安や期待など様々な気持ちでいっぱいだと思います。今年度も子ども達一人ひとり、それぞれのペースを大切にしながら、色々な事を思い切り楽しんでいきたいと思えます。保護者の皆様にはご協力いただく場面も多々あるかと思いますが一年間よろしくお願い致します。

1	月	入園式・対面式
2	火	慣らし保育（新入園児）
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	↓
7	日	
8	月	体育教室（幼児クラス）
9	火	安全生活指導
10	水	
11	木	
12	金	英語教室
13	土	たんぼぼ組試食会 桃組保育参観と試食会
14	日	
15	月	体育教室（堇組以上）
16	火	絵画教室

17	水	進級記念クラス写真撮影
18	木	避難訓練
19	金	英語教室
20	土	クラス懇談会（堇組以上）
21	日	
22	月	体育教室（堇組以上）
23	火	絵画教室
24	水	誕生会
25	木	
26	金	英語教室
27	土	
28	日	
29	月	昭和の日
30	火	絵画教室



今月のねらい

たんぼぼ組

- 新しい環境や保育士に慣れ、安心して過ごす。
- ゆったりとした雰囲気の中で遊びや食事を楽しむ。

桃組

- 新しい環境に慣れ安心して過ごす。
- 保育士と触れ合い遊びや手遊びを楽しむ。

堇組

- 新しい環境に慣れ、安心して過ごす。
- 好きな遊びを見つけ、保育士や友達と楽しむ。

桜組

- 新しい環境に慣れ、安心して過ごす。
- 好きな玩具、場所を見つけて遊ぶことを楽しむ。

向日葵組

- 進級した喜びを感じながら、新しい環境に慣れる。
- 友達や保育士と春の自然に触れながら。好きな遊びを楽しむ。

紫陽花組

- 進級を喜び、新しい生活の仕方を身につける。
- 友達と関わり共に過ごす楽しさを味わう。

園からのお願い

- 駐停車内では必ずお子様と手をつないでください。
- 当日に遅刻、欠席される場合は9:30までに電話にてご連絡ください。
- 投薬を希望される場合はきっぷすノートに登録した上で登園時に保育士に一回分の薬を記名し手渡してください。

来月の予定

- 11日（土） 堇組保育参観と試食会
- 13日（月）～17日（金）
個人懇談（新入園児）
- 29日（水） 誕生会

今月の歌

- ♪ ちょうちょ
- ♪ 先生とお友達



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

道明寺粉を使った春らしいおやつです。桜の爽やかな香りが春を感じさせてくれます。



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。



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。

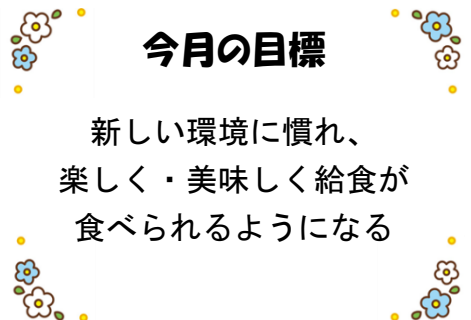
また、リクエスト頂いたレシピを法人ホームページの植園清涼保育園のトピックスにも掲載しています。

給食・おやつの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



令和6年度 4月給食献立表



日	曜	昼食	昼食の材料	おやつ	おやつ材料
1	月	ごはん 白身魚の磯部焼き ひじきと大豆の炒め煮	精白米 鱈 酒 醤油 青のり 米粉 調合油 ひじき 牛蒡 人参 輪隠元 干し椎茸 水煮大豆 さつま揚げ 調合油 だし汁 醤油 三温糖 みりん	スナックパン 牛乳	スナックパン 牛乳
2	火	ごはん 厚揚げの中華炒め 牛蒡サラダ	精白米 厚揚げ 豚もも りょくとうもやし 人参 青梗菜 木耳 生姜 醤油 だし汁 片栗粉 ごま油 調合油 牛蒡 人参 水菜 ツナ コーン缶詰 醤油 マヨネーズ	若布おにぎり 牛乳	精白米 若布 しらす干し 炒り胡麻 牛乳
3	水	豚丼 小松菜のコンコンサラダ	精白米 豚もも 玉葱 人参 えのきたけ 糸蒟蒻 生姜 醤油 三温糖 酒 だし汁 小松菜 りょくとうもやし 人参 油揚げ 醤油 穀物酢	フルーツポンチ 牛乳	みかん缶詰 黄桃缶詰 パインアップル缶詰 バナナ 牛乳
4	木	ロールパン 春野菜のポトフ ヨーグルト	ロールパン 鶏むね じゃが芋 玉葱 キャベツ 人参 アスパラガス 塩 ブイヨン ヨーグルト	せんべい 柑橘類 牛乳	せんべい デコボンなど 牛乳
5	金	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	精白米 鶏むね 調合油 大根 人参 干し椎茸 ひじき だし汁 醤油 みりん キャベツ りょくとうもやし ゆかり	豆乳葛餅 (13日:黄粉サンド) 牛乳	くず粉 三温糖 調整豆乳 きな粉 塩 (食パン きな粉 三温糖 塩 調整豆乳) 牛乳
6	土	チキンライス コンソメスープ	精白米 鶏挽肉 調合油 玉葱 人参 青ピーマン トマトケチャップ キャベツ しめじ じゃが芋 コーン缶詰 ブイヨン 塩	ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
8	月	赤飯(23日: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	もち米 精白米 小豆 炒り胡麻 塩 鶏むね キャベツ 玉葱 人参 しめじ 青ピーマン 合わせ味噌 酒 調合油 切干大根 ひじき 水菜 ツナ 醤油 穀物酢 すりごま ごま油	お麩ラスク 牛乳	焼き麩 有塩バター グラニュー糖 牛乳
9	火	食パン 鶏肉とじゃが芋のソテー ヨーグルト	食パン 鶏むね 調合油 じゃが芋 人参 しめじ 玉葱 アスパラガス 塩 にんにく ヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	ビスケット バナナ 牛乳
10	水	ごはん 豆腐のチリソース煮 キャベツと若布のサラダ	精白米 木綿豆腐 豚もも 調合油 玉葱 人参 青梗菜 トマトケチャップ 醤油 酒 生姜 にんにく 片栗粉 三温糖 キャベツ 若布 コーン缶詰 醤油 穀物酢 ごま油 いりごま	10日:桜餅 30日:人参ケーキ 牛乳	道明寺粉 三温糖 こしあん 桜の葉の塩漬け 薄力粉 ベーキングパウダー 三温糖 鶏卵 調合油 牛乳 人参 牛乳
11	木	カレー麻婆丼 大根のじゃこサラダ	精白米 豚挽肉 生姜 玉葱 人参 葉葱 木綿豆腐 ウスターソース カレー粉 片栗粉 大根 大根の葉 人参 コーン缶詰 しらす干し 調合油 醤油 穀物酢	マカロニ黄粉 空豆 牛乳	マカロニ きな粉 三温糖 塩 空豆 塩 牛乳
12	金	ごはん 鱈の西京焼き 厚揚げとキャベツのおかか煮	精白米 鱈 西京味噌 みりん 厚揚げ キャベツ 人参 鰹節 だし汁 醤油	フライドポテト 牛乳	じゃが芋 調合油 塩 青のり 牛乳
24	水	カレーライス マカロニサラダ	精白米 豚もも じゃが芋 玉葱 人参 カレールウ マカロニ キャベツ スナック豌豆 人参 ツナ マヨネーズ	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップクリーム 桜の花の塩漬け 甘納豆(小豆) 牛乳
25	木	ごはん 鱈の西京焼き 厚揚げと蒟のおかか煮	精白米 鱈 西京味噌 みりん 厚揚げ 蒟 人参 鰹節 だし汁 醤油	みたらし五平餅 牛乳	もち米 精白米 醤油 三温糖 片栗粉 牛乳
27	土	にゅうめん 小魚スナック 柑橘類	素麺 豚もも 油揚げ 白菜 人参 葱 干し椎茸 だし汁 醤油 塩 ごま入り味付けいりこ デコボンなど	黄粉サンド 牛乳	食パン きな粉 三温糖 塩 調整豆乳 牛乳



保健だより

4月

植園清涼保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しいお友だちを迎えて新年度が始まりました。楽しく健やかに保育園に通えるよう職員一同努めてまいりますのでよろしくお願い致します。この時期は不安や緊張から疲れがでやすく、体調を崩しやすい時期です。ご家庭ではリラックスしてゆったりと過ごしましょう。

園医紹介

若月子どもとアレルギーの病院

名古屋市名東区高針荒田 1901

若月 準 先生



デンタルオフィス若

名古屋市名東区代万町 3-11-1

星ヶ丘ドクターズビル 2階

若山 浩一郎 先生



*上記の医師による内科健診を9月・2月の年に2回、歯科健診を6月に行っています。健診当日に欠席された方は、後日直接病院へ行っていただきますのでご了承ください。



生活リズムを整えましょう



入学・進級で環境が変わる4月は、生活リズムを改善する良い機会です。正しい生活リズムを身に付けましょう。

早寝・早起きをしましょう！

睡眠は脳や体の発育を促す大切な時間です。夜は21時までに布団に入り、朝は7時までに起きるよう習慣づけましょう。就寝前にテレビやスマートフォンを見ると、それらが放つブルーライトによって脳が日中と勘違いしてしまい、眠りをつかさどるホルモンの分泌が抑制されてしまい、眠れなくなってしまいます。夕方以降はテレビやスマートフォンの視聴は控えましょう。

朝ご飯をしっかり食べましょう！

朝ご飯を食べると体が目覚め、新陳代謝が良くなります。朝ご飯をよく噛んでしっかり食べ、午前中に元気いっぱい過ごせるようにしましょう。

爪は綺麗かな？

爪が伸びているとどこかにひっかけて欠けてしまったり、お友だちを傷つけてしまうことがあります。少なくとも週に1回は爪を切るようにしましょう。

手の平側から見て、指先から爪が見えるか見えないくらいがちょうどよい長さです。保育園では毎週月曜日に爪の検査を行なっています。週末に爪を切る習慣をつけましょう。

