



新年度がスタートして、早くも一ヶ月が経ちました。少しずつ新しい環境に慣れ、子ども達の笑顔も増えたように感じられます。

4月は各クラス、様々な技法を使って、鯉のぼりやファミリーデーの制作を行いました。完成した作品を見て満足そうにしている姿がありました。また、5月5日のこどもの日に向けて、園庭に鯉のぼりを飾りました。子ども達は興味津々に見て楽しんでいました。

1	水	
2	木	
3	金	憲法記念日
4	土	みどりの日
5	日	こどもの日
6	月	振替休日
7	火	絵画教室
8	水	
9	木	
10	金	英語教室
11	土	菫組保育参観、試食会
12	日	
13	月	体育教室 個人懇談（新入园児）
14	火	絵画教室 安全生活指導
15	水	遠足ごっこ（幼児）
16	木	遠足ごっこ（乳児） 避難訓練

17	金	英語教室
18	土	
19	日	
20	月	体育教室（菫組以上）
21	火	絵画教室
22	水	
23	木	
24	金	英語教室
25	土	
26	日	
27	月	体育教室
28	火	絵画教室
29	水	誕生会
30	木	
31	金	英語教室



今月のねらい

たんぽぽ組

- ゆったりとした雰囲気の中で個々の生活リズムに合わせて安心して過ごす。
- 興味を持った玩具で遊んだり、保育士と関わったりしながら、機嫌よく遊ぶ。

桃組

- 連休明けの疲れや不安な気持ちを受け止めてもらいながら、生活リズムを整えていく。
- 体を十分に動かし、好きな遊びを存分に楽しむ。

菫組

- 身の周りのことに意欲を持ち、できることは自分でやろうとする。
- 戸外で身体を存分に動かして遊び、心地良さを感じる。

桜組

- 簡単な身の回りのことを自分でやってみようとする。
- 保育士や友達と戸外や室内で体を動かしたり、好きな遊びを楽しむ。

向日葵組

- 様々な活動や新しいことに意欲的に取り組む。
- 約束事を理解しながら、気の合う友だちと遊ぶ楽しさを知る。

紫陽花組

- 当番活動に積極的に取り組む。
- 友達と一緒に戸外で体を動かして遊び、解放感を味わう。

園からのお願い

暑くなってまいりました。水分補給を必ず行う為にも、水筒を持ってきていただくようお願いいたします。また、幼児クラスはスパッツから靴下に替えるなど、気温に合わせた服装で登園してください。ご協力お願い致します。

来月の予定

- 4日（火）公開絵画教室（幼児組）
- 6日（木）歯科検診
- 22日（土）桜組保育参観と試食会
- 26日（水）誕生会

今月の歌

- ♪いぬのおまわりさん
- ♪めだかの学校



今月の献立はスナップ豌豆や牛蒡、筍など、咀嚼を促す食材が多く登場しています。また、噛む力を身につけられるよう、園の給食では切り方や茹で加減など調整して調理しています。今月はその筍と牛蒡を使った“厚揚げの土佐煮”のレシピを紹介します。

『厚揚げの土佐煮』のレシピ



<材料> こども2人・大人2人分

厚揚げ	250g
鶏肉	50g
牛蒡	35g
筍(水煮)	35g
人参	65g (1/3本)
スナップ豌豆	25g (5本)
出汁	適宜
醤油	6.5g
かつお節	6g

<作り方>

- ① 厚揚げ・鶏肉は一口大に切る。
- ② 牛蒡は小さめの斜め切り、筍と人参は銀杏切りにする。
- ③ スナップ豌豆は筋を取って一口大に切る。
- ④ 鍋で鶏肉を炒め、色が変わったら牛蒡・筍・人参を加えて軽く炒める。
- ⑤ 厚揚げを加え、食材が浸る程度の出汁と醤油を加えて煮る。
- ⑥ 食材が柔らかくなったらスナップ豌豆・かつお節を加える。軽く煮たら出来上がり！

今月の献立 pick up★

スナップ豌豆のじゃこサラダ

お店にも緑鮮やかな豆が並ぶ季節になりました。春はえんどう豆の仲間が美味しい季節です。今月の献立はスナップ豌豆やえんどう豆がたくさん登場します！

さっと茹でたスナップ豌豆は歯ごたえが良く、よく噛むことで甘味を感じられます。じゃこの塩味とよく合う、こども達にも人気のサラダです。



ベイクドポテト

新じゃがは水分が多くて柔らかく、皮付きのまま食べられるため調理も簡単です。皮付きの新じゃがにチーズをのせて焼いたベイクドポテトは、朝食や夕食の一品にもおすすめです



豆苗ともやしのナムル

一度使用した豆苗は再生栽培をすることが可能です。こども達と一緒に観察したり水を替えたりすることで、食べ物や植物への関心に繋がります。光に向かって伸びる豆苗は可愛らしく、ぐんぐん伸びる様子をお子様と一緒に観察するのも楽しいかもしれません。



お願い

アレルギーの心配があるため、以下の食材については園で初めて口にするという事がないように、献立実施までにご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願いいたします。

林檎・桃・バナナ・メロン・
オレンジ・鮭・鯖・胡麻・筍



今月の目標

どんな食材が入っているのか見つけてみよう！



令和6年度 5月給食献立表



日	曜	昼食	昼食の材料	おやつ	おやつの材料
1 ・ 21	水 火	ロールパン 鶏肉と春野菜のクリーム煮 ヨーグルト	ロールパン 鶏むね じゃが芋 玉葱 人参 キャベツ アスパラガス コーン缶詰 ホワイトルウ 牛乳 ヨーグルト	せんべい バナナ 牛乳	せんべい バナナ 牛乳
2	木	鯖の香味焼き 切干大根の煮物	精白米 鯖 生姜 にんにく 醤油 酒 切干し大根 人参 干し椎茸 油揚げ 鞘隠元 だし汁 醤油 みりん	薩摩芋スナックパン 牛乳	薩摩芋スナックパン 牛乳
7	火	ごはん 鰯の竜田焼き ひじきサラダ	精白米 鰯 生姜 醤油 酒 片栗粉 調合油 ひじき キャベツ 人参 スナック碗豆 ツナ缶詰 コーン缶詰 醤油 穀物酢	メロンパン風トースト 牛乳	食パン マーガリン グラニュー糖 小麦粉 牛乳
8 ・ 11 ・ 24	水 土 金	ごはん 豚肉と筍の炒め煮 アスパラのおかか和え	精白米 豚もも 水煮筍 キャベツ 人参 スナック碗豆 醤油 三温糖 酒 アスパラガス りょくとうもやし 人参 醤油 鰹節	ベイクドポテト (11日:ジャムサンド) 牛乳	じゃが芋 プロセスチーズ 食パン イチゴジャム 牛乳
9 ・ 20	木 月	ごはん 炒り豆腐 えんどう豆と新じゃがのサラダ	精白米 木綿豆腐 鶏むね 調合油 玉葱 人参 鞘隠元 干し椎茸 醤油 みりん 三温糖 えんどう豆 新じゃが芋 人参 キャベツ ツナ缶詰 醤油 穀物酢	胡麻だれ五平餅 牛乳	もち米 精白米 すりごま 三温糖 醤油 片栗粉 牛乳
10 ・ 22	金 水	ドライ豆カレー 豆苗ともやしのナムル	精白米 豚挽肉 玉葱 人参 青ピーマン 大豆水煮 カレー粉 ウスターソース 醤油 豆苗 りょくとうもやし 人参 穀物酢 醤油 ごま油 いりごま	レーズン蒸しパン 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー 鶏卵 三温糖 調合油 牛乳 レーズン 牛乳
13 ・ 28	月 火	ごはん 厚揚げの土佐煮 小松菜の胡麻和え	精白米 厚揚げ 鶏むね 牛蒡 水煮筍 人参 スナック碗豆 だし汁 醤油 鰹節 小松菜 りょくとうもやし 人参 ぶなしめじ 醤油 すりごま	じゃこごはんピザ 牛乳	精白米 しらす干し プロセスチーズ 刻みのり 牛乳
14 ・ 31	火 金	ごはん 蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌かけ 切干大根の納豆和え	精白米 鶏むね じゃが芋 キャベツ スナック碗豆 赤ピーマン 合わせ味噌 三温糖 すりごま だし汁 片栗粉 切干大根 ひきわり納豆 アスパラガス 醤油 鰹節	マカロニココア 牛乳	マカロニ きな粉 三温糖 塩 純ココア 牛乳
15	水	鶏牛蒡丼 スナック碗豆のじゃこサラダ	精白米 鶏むね 牛蒡 人参 ぶなしめじ 鞘隠元 醤油 みりん スナック碗豆 人参 キャベツ しらす干し 調合油 醤油 穀物酢	フルーツポンチ 牛乳	みかん缶詰 もも缶詰 パインアップル缶詰 バナナ 牛乳
16	木	食パン ジャーマンポテト ヨーグルト	食パン ウインナー 玉葱 人参 青ピーマン 調合油 じゃが芋 塩 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
17	金	ごはん 鶏肉のレモン煮 若布スープ	精白米 鶏むね 玉葱 人参 青ピーマン ぶなしめじ 醤油 みりん 三温糖 レモン レモン果汁 若布 木綿豆腐 青梗菜 人参 コーン缶詰 だし汁 鶏がらだし 塩	あんトースト 牛乳	食パン 無塩バター こしあん 牛乳
18	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	干し中華めん 豚もも 人参 りょくとうもやし キャベツ 木耳 だし汁 鶏ガラだし 醤油 酒 ごま油 ごま入り味付けいりこ バナナ	ココアサンド 牛乳	食パン 純ココア 牛乳 三温糖 コーンスターチ 牛乳
23	木	ごはん 鯖の香味焼き 新玉葱と春キャベツの煮物	精白米 鯖 生姜 にんにく 醤油 酒 新玉葱 キャベツ 人参 さつま揚げ 醤油 みりん	メロンパン風トースト 牛乳	食パン マーガリン グラニュー糖 小麦粉 牛乳
25	土	じゃこ炒飯 若布スープ	精白米 しらす干し 調合油 小松菜 人参 ぶなしめじ 醤油 若布 木綿豆腐 青梗菜 人参 コーン缶詰 だし汁 鶏がらだし 塩	ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
27	月	ごはん 鰯の竜田焼き 切干大根の煮物	精白米 鰯 生姜 醤油 酒 片栗粉 調合油 切干し大根 人参 干し椎茸 油揚げ 鞘隠元 だし汁 醤油 みりん	薩摩芋スナックパン 牛乳	薩摩芋スナックパン 牛乳
29	水	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ	精白米 鶏むね ヨーグルト カレー粉 醤油 じゃが芋 人参 アスパラガス ツナ缶詰 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 メロン 牛乳
30	木	オープンサンド フルーツヨーグルト	食パン 豚挽肉 ウインナー キャベツ 玉葱 じゃが芋 人参 調整豆乳 塩 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース ヨーグルト もも缶詰 パインアップル缶詰 バナナ	ソフトせんべい 牛乳	ソフトせんべい 牛乳



新年度が始まり、あっという間に1ヶ月が経ちました。はじめは泣けてしまった子どもたちも少しずつ笑顔が増え、随分と落ち着いて過ごせる時間が増えました。少しずつ保育園生活に慣れてきていますが、疲れが出やすい時期でもあります。子どもの様子に注意して体調を崩さないように元気に過ごしましょう。

衣服のチェックをお願いします！

暖かくなって外遊びの時間が長くなり、汗をかいて着替える回数が増えます。服がきついと脱いだり着たりしにくい、大きすぎる服は体の動きを妨げます。衣替えの時には、サイズを確認するようにお願いします。また、全ての物に必ず名前の記入をお願いします。名前が消えたり薄くなったりしていないかの確認もお願いします。

首周りや袖に余裕がある方が着替えがしやすいです。
ボタンは取れてしまった時に誤飲の可能性があるので、スナップボタンのものをお願いします。
肌に優しい綿素材のものにしましょう。



気温の変化が激しい季節になりました。暑い外気に身体が慣れていないこの時期は、汗もかきづらく身体に熱がこもってしまう傾向にあります。熱中症は、日射病、熱射病などの総称です。日射病は戸外で強い直射日光にさらされることが原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いることで起こります。

熱中症の症状

日射病…顔は赤く呼吸が荒くなります。皮膚は熱く、体温が上がっても汗が出ずめまい・吐き気・頭痛を伴います。

熱射病…顔は青白く、大量の汗をかきます。皮膚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

なぜ子どもは熱中症になりやすい？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすいこと、また衣服の着脱も水分補給も一人で行うのが難しいため、容易に熱中症にかかってしまいます。特に、車中では気温がそれほど高くなくても短時間で高温になるので、子どもを車中で一人にするのは絶対にやめましょう。

熱中症予防のポイント

- ・日中は帽子を被って外出しましょう。日除けのあるベビーカーもアスファルトからの照り返しで暑くなるので、散歩は短時間で切り上げましょう。
- ・炎天下での遊びは短時間で切り上げ、30分に一度は必ず水分補給をするようにしましょう。プールや海などの水辺でも30分～1時間に一度は日陰で休息を取るようにしましょう。