



園だより

東神の倉清涼保育園



4月

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

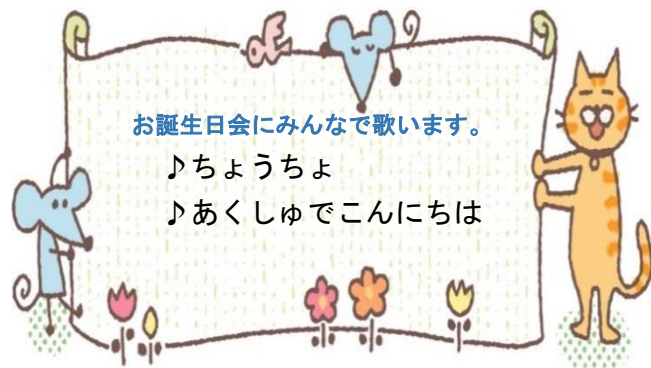
ご入園・ご進級 おめでとうございます

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

- ◎15日(土) さくらんぼ組試食会・22日(土)のクラス懇談会につきましては、後日改めてお手紙でお知らせいたします。
- ◎クラス写真の撮影日は、決まり次第お知らせいたします。

今月の歌



来月の予定

- 27日(土) 苺組試食会
- 29日(月) 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。





令和5年度
東神の倉
清涼保育園

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。毎日の給食・おやつを通して、必要な栄養を提供するだけでなく、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。



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。食事の中でも四季の移り変わりを感ぜられる給食を提供します。



素材の味を味わえる給食

素材のもっている味を十分に引き出し、鰹・昆布・椎茸などからとった『だし』の旨味をかきこめることで、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、味わって食べるためには、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。

食べ物を大切に、感謝の心をもって

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触れられるよう、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います。



お知らせ

☆給食・おやつのレシピが知りたい方は、お気軽にお声かけください。問い合わせ頂いたレシピは、〇〇清涼保育園の『トピックス』に掲載されます。ホームページをご確認ください。

☆給食室前に、給食とおやつの写真が掲示されます。お迎えの際、お子様と一緒にご覧ください。



『給食試食会』のお知らせ

ぜひお子様と一緒にご参加いただき、普段お子様が召し上がっている給食の味や量など、この機会にご確認ください。

4月15日(土) さくらんぼ組

5月27日(土) 苺組

7月8日(土) 蜜柑組

8月5日(土) 葡萄組

9月9日(土) 林檎組

11月25日(土) 檸檬組

都合により、日程を変更させて頂く場合がございます。



今月のレシピ 「五平餅」

〈材料〉 子ども4人分

- ・お米 100g
- ・もち米 50g
- ・味噌 小さじ1
- ・砂糖 小さじ1/2
- ・みりん 小さじ1
- ・炒り胡麻 2g

〈作り方〉

- ① お米ともち米と一緒に研いで、やや水分多めに炊き上げる。
- ② 全ての調味料を合わせておく。(味噌が溶けにくい場合は、レンジで10秒~20秒加熱する。)
- ③ ごはんを小判型に丸めて表面に②を塗り、オーブントースターで2~3分焼いて出来上がり!

☆もち米を入れずにお米だけでもおいしく作れます。



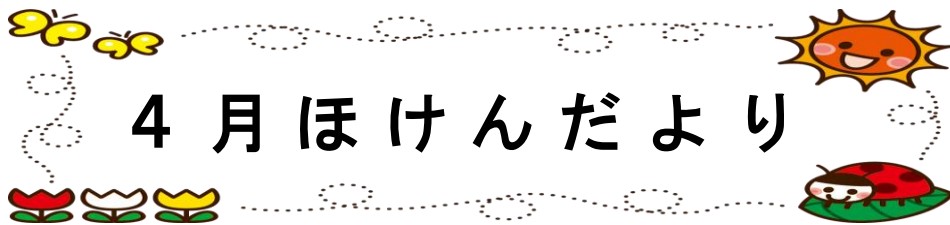


令和5年度

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	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	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
3 ・ 18	月 ・ 火	赤飯 鯖の西京焼き 厚揚げと落のおかか煮	3日:桃のケーキ 18日:ココアトースト 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 食パン・三温糖 ソフトマーガリン	ふき・にんじん・黄桃缶
4 ・ 17	火 ・ 月	カレー麻婆丼 大根のじゃこサラダ	4日:マカロニかりんとう 空豆 17日:クラッカー 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐・しらす 干し・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油・ マカロニ・黒砂糖・クラッ カー	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
5 ・ 21	水 ・ 金	ごはん 鶏のちゃんちゃん焼き じゃが芋の塩昆布和え	5日:スナックパン 21日:お麩ラスク 牛乳	若鶏むね肉・赤色辛みそ 普通牛乳	精白米・じゃがいも 観世ふ・有塩バター グラニュー糖 ロールパン	きゃべつ・玉ねぎ・にんじん ぶなしめじ・青ピーマン・コーン 缶詰粒・塩昆布
6 ・ 19	木 ・ 水	ごはん 豆腐のチリソース煮 豆苗ともやしのナムル	フルーツポンチ 牛乳	木綿豆腐・ぶたかた 普通牛乳	精白米・片栗粉 ごま油	チンゲンサイ・にんじん・きくらげ とうみょう・りよくとうもやし トマトケチャップ・みかん缶詰・もも 缶詰・パインアップル缶詰・バナナ
7 ・ 20	金 ・ 木	バターロール 鶏肉と春野菜のポトフ ヨーグルト	クッキー バナナ 牛乳	若鶏むね ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも ビスケット	にんじん・たまねぎ・キャベツ アスパラガス・コーン缶詰粒 バナナ
8 ・ 15	土	8日:にゅうめん 15日:味噌ラーメン 小魚スナック 柑橘類	黄粉サンド 牛乳	ぶたもも・油揚げ 赤色辛みそ 煮干し・きな粉・調整豆乳 普通牛乳	そうめん・食パン 三温糖・中華麵 食パン	はくさい・にんじん・長ねぎ 干しいたけ・いよかん きゃべつ・もやし・コーン缶詰粒
10	月	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのゆかり和え	五平餅 牛乳	若鶏むね・豆みそ 普通牛乳	精白米・もち米・三温糖 いりごま	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
11 ・ 25	火	豚丼 小松菜のコンコンサラダ	桜餅風蒸しパン 牛乳	ぶたもも・油揚げ 鶏卵・普通牛乳	精白米・しらたき・三温糖 薄力粉・上新粉・調合油 甘納豆(あずき)	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 桜の塩漬け
12 ・ 24	水 ・ 月	ごはん 厚揚げの味噌炒め 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・三温糖・マヨドレ すりごま・いりごま	りよくとうもやし・にら・キャベツ にんじん・ごぼう・きょうな コーン缶詰粒・乾わかめ・焼き のり
13 ・ 28	木 ・ 金	バターロール ジャーマンポテト ヨーグルト	せんべい 柑橘類 牛乳	ウインナーソーセージ 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 青ピーマン・いよかん
14 ・ 26	金 ・ 水	ごはん 鮭の照り焼き ひじきと大豆の炒め煮	14日:スナックパン 26日:五平餅 牛乳	さけ・大豆水煮缶詰・豆味噌 さつま揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖・いりごま ロールパン	ひじき・ごぼう・にんじん さやいんげん・干しいたけ
27	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 マヨドレ・カステラ	たまねぎ・にんじん・キャベツ ブロッコリー・黄桃缶詰





4月ほけんだより

東神の倉清涼保育園

新しいお友達が増え、新年度が始まりました。年度当初は、緊張や興奮からこどもたちも疲れやすくなっています。その分、ご家庭では、ゆっくり休養できるように環境を整えられると良いですね。こどもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう、今年度も精一杯サポートさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

園で預かる薬について

病院で処方される場合はなるべく朝と夕の処方にしてもらうよう医師に相談をしてみてください。薬を持参される場合は下記の要項を必ず守ってください。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- 1回分のみ持参してください。(シロップ剤も一回分だけ容器に入れてください)
- 薬にも名前を明記してください。
- 登園時に必ず薬があると声をかけ、職員に手渡ししてください。(手渡しでない場合で確認がとれない時は、与薬はいたしませんのでご了承ください。)

連絡帳

ご家庭での怪我や体調不良がありましたら、ささいなことでも連絡帳に書いて、保育園職員に知らせていただくと助かります。



頭シラミ

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

成虫はすばしっこく、見つけにくいものです。卵(0.5mm位の白い楕円形)はフケのように見えます。髪の毛の根元、特にえり足や耳の周りを触って、卵が付着していないかどうかをチェックしてください。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。



駆除用の市販のシャンプー剤などを使用し、必ず大人が、洗髪しましょう。シャンプー剤は成虫にしか効きません。卵を駆除するためには、まず泡がついた状態で専用の金属製の目の細かい櫛で、根本から毛先まで梳かしワンストロークずつ櫛を洗います。さらに乾いた状態でも、その櫛で卵をこそげ落とすように梳かします。説明書をよく読み、2週間ほど続けると効果的です。頭シラミは大人にも寄生します。家族にも広がらないように、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。部屋にはしっかり掃除機をかけて床に落ちた髪の毛を吸い取ることもたいせつです。

