



11月の園だより

令和7年10月31日
旭 保 育 園

秋の深まりとともに、子どもたちのあそびや友だちとの関係も充実してきました。
今月は、うめ・さくら組の発表会を予定しており、保育室からは、子どもたちの元気な歌声が響いています。劇あそびでは、役になりきってイメージを広げながら「こうしたらいいかも！」と振り付けやセリフを自分たちでアレンジし、小道具作りにも張り切って取り組んでいます。本番当日が今から楽しみです。ご家庭でも励ましをお願いします。

〈 11月の保育目標 〉



- 乳児組 … 散歩や戸外遊びを通して、秋の自然に触れる。
幼児組 … 友だちと一緒に、表現遊びを楽しむ。



～11月の行事予定～



- | | |
|------------------------|-----------------------------|
| 4日(火) 身体測定(3～5歳児) | 21日(金) さくらぐみ保育発表会 |
| 5日(水) 身体測定(2歳児) | 25日(火) リトミック教室
(うめ・さくら) |
| 6日(木) 身体測定(1歳児) | 26日(水) 焼き芋 |
| 7日(金) 身体測定(0歳児) | |
| 10日(月) フットサル教室(うめ・さくら) | |
| 14日(金) うめぐみ保育発表会 | 27日(木) 11月生まれの誕生会
10:00～ |
| 18日(火) リトミック教室(もも) | |
| 小谷小学校就学前健診(さくらぐみ) | |

乳児組・もも組 保育発表会を終えて



大勢のお客さんにびっくりしながらも、かわいい手遊びやさくらんぼを踊ってくれたちゅうりっぷぐみさん。

自分の名前を元気に言い、出発進行!の元気な掛け声と共にジャンプを見せてくれたクレヨンさんに変身したたんぽぽぐみさん。

劇の歌やセリフを覚えて役になり切り、大きな声で演じていたももぐみさん。歌や合奏にも挑戦していました。

「とてもかわいかったです」「成長を感じました」「泣かずにみんなの前でできていて感動しました」「見ていて涙が出ました」などなどたくさんの感想をいただきました。

乳児組さんは懇談会にもお忙しい中参加していただきありがとうございました。

また来年が楽しみです。



～体調に変化が見られたら早めに受診をし、医師の指示に従ってください～

☆インフルエンザ…インフルエンザウイルスに感染することによっておこる病気です。

感染経路は主に飛沫感染で、急激に38℃以上の高熱が出て、悪寒やのどの痛み、関節痛などを伴います。

※飛沫感染とは、くしゃみや咳などで唾液や鼻水が小さな水滴となって飛び散ること

☆ウイルス性胃腸炎…ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス等が原因となります

す。吐き気・嘔吐・軟便～水様便などの胃腸症状があらわれ、発熱を伴う場合もあります。

☆溶連菌感染症…細菌が原因となる病気です。症状の代表的なものは38度～39度の発熱

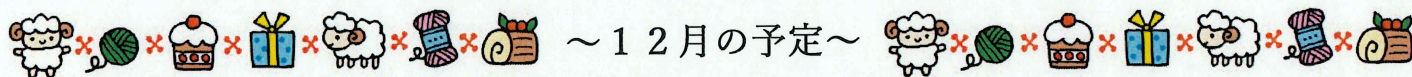
と、のどの痛みです。そして、体や手足に小さくて紅い発疹が出たり、舌にイチゴのようなブツブツがでたりします。

○ 感染症を防ぐ為にも、外から帰ったら必ず、手洗い・うがいを習慣づけましょう。

○ 医師より、登園が可能と診断された場合、保護者が“治療報告書”に記入し、提出してください。

※インフルエンザの場合は、“インフルエンザ治療報告書”

※コロナウイルス感染症の場合は、“コロナ感染症治療報告書” (全て園の用紙です)



1日(月) 身体測定(3～5歳児)

2日(火) 身体測定(2歳児)

リトミック教室(もも)

3日(水) 身体測定(1歳児)

4日(木) 身体測定(0歳児)

9日(火) もちつき

16日(火) リトミック教室

(うめ・さくら)

18日(木) 12月生まれの誕生日

23日(火) リトミック教室(もも)

24日(水) クリスマス会

*12/29(月)～1/3(土)までは休園です



2025年

11月の予定献立表

旭保育園

にち 曜	乳児組 午前おやつ 主 食	献 立 名	材 料 お よ び 体 内 で の 働 き			おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 蛋白質 脂質 塩分	行 事 おおよび 連 絡 事 項
			血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの			
1	かし	焼きうどん	豚肉 油揚げ	うどん	きゃべつ もやし 人参 青のり	黒糖ロールパン せんべい	428(426) 17.3(17.0)	4日
土	牛乳	豆腐のみそ汁	豆腐	油 じゃが芋	玉ねぎ	牛乳	11.8(12.4) 2.2(1.9)	
4	かし	ご飯 ユーリンチ	鶏肉 厚揚げ	米 油 ごま油 ごま	生姜 長葱 りんご きゅうり 人参	♪ひじきおにぎり	671(624)25.9(23.9)	幼児組身体測定
火	牛乳	ポテトサラダ みそ汁	ハム	じゃが芋 はちみつ	コーン缶 玉葱 かぼちゃ	牛乳	23.7(22.8) 1.7(1.5)	
5	かし	ホットパン マカロニのミートソース風	豚挽肉 チーズ	ホットパン	玉ねぎ 人参 茄子 トマト缶	♪大学いも	463(462) 16.0(16.2)	5日
水	牛乳	ブロッコリーのおかか和え みかん	ヨーグルト	マカロニ	ブロッコリー みかん	牛乳	13.5(13.8) 1.3(1.4)	2歳児身体測定
6	かし	ご飯 五色蒸し	鶏挽肉 卵	米	干し椎茸 人参 筍水煮 玉葱	せんべい クッキー	567(538)21.8(20.6)	6日 1歳児身体測定
木	豆乳	切昆布の炒り煮 バナナ	油揚げ	油	ひじき 切昆布 つきこんにやく バナナ	牛乳	17.4(16.7) 4.6(3.9)	うめ組発表会リハーサル
7	かし	ハヤシライス	豚肉 チーズ	米 油	玉葱 人参 しめじ きゃべつ きゅうり	♪しらすトースト	591(560) 22.8(21.5)	7日
金	牛乳	チーズ入りサラダ オレンジ	脱脂粉乳	じゃが芋	グリーンピース オレンジ	牛乳	23.0(22.3) 2.8(2.4)	
8	かし	ビーフン炒め	豚肉	ビーフン 油	人参 玉葱 きゃべつ もやし 青のり	チーズ蒸しパン せんべい	422(420) 15.9(15.9)	0歳児身体測定
土	牛乳	かぼちゃのみそ汁	豆腐		かぼちゃ	牛乳	11.8(12.4) 2.1(1.9)	
10	かし	麦ご飯 ぶりの煮つけ	ぶり ハム	米 麦 油	にんにく かぼちゃ きゅうり 人参	♪りんごドーナツ	649(602) 25.6(23.7)	10日 フットサル教室 うめ・さくら組
月	牛乳	かぼちゃサラダ みそ汁☆	豆腐	バター	生姜 大根 わかめ	牛乳	25.9(23.7) 2.4(2.2)	
11	かし	ビビンバ風丼	豚肉 卵	米 油	人参 コーン缶 ほうれん草 ひじき	♪アメリカンドック風 ケーキ	523(513) 23.4(22.6)	
火	牛乳	ひじきサラダ バナナ	カニかまぼこ		もやし きゅうり バナナ	牛乳	20.1(20.5) 1.2(1.2)	
12	かし	麦ご飯 ギョウザ	ギョウザ 鶏肉	米 麦 油	人参 干しぶどう もやし 人参	♪ミルククリームサン ド	632(588) 19.7(18.9)	
水	牛乳	人参サラダ 卵スープ	卵 チーズ	春雨 じゃが芋	きゃべつ 玉葱	牛乳	21.5(20.1) 1.6(1.5)	
13	かし	ご飯 鯖のりんごソース	鯖	米 油	玉葱 りんご 切干大根 干し椎茸	♪ヨーグルトパンケ ー	579(551) 21.1(20.1)	14日 うめ組保育発表会
木	牛乳	切干大根の炒りに オレンジ	油揚げ		生姜 人参 つきこんにやく オレンジ	牛乳	20.5(20.2) 1.3(1.2)	
14	果物	麦ごはん 煮込みハンバーグ	豚挽肉 豆腐 鶏肉	米 麦 油	玉葱 人参 きゅうり	♪ジャム&マーガリンサ ンド	599(559) 22.9(21.1)	
金	豆乳	大根サラダ きのことスープ	脱脂粉乳 カニかま ぼこ 卵		大根 しめじ えのき茸 干し椎茸	牛乳	21.2(19.7) 2.4(2.0)	
15	かし	焼きそば	豚肉	中華麺	きゃべつ 人参 もやし 青のり	♪バターブレッド せんべい	462(465) 18.3(18.0)	
土	牛乳	豆腐とじゃが芋のみそ汁	豆腐	じゃが芋	玉葱	牛乳	13.0(13.9) 2.3(2.4)	
17	かし	麦ご飯 鮭の煮つけ	鮭 ちくわ 油揚げ	米 麦	きゃべつ 人参 こんにやく	♪フライドポテト	656(613) 27.3(25.1)	
月	牛乳	きゃべつのゴマネーズ 豚汁☆	豆腐 豚肉	ごま 里芋	大根 ごぼう	牛乳	23.2(22.4) 2.4(2.1)	
18	かし	ご飯 肉団子の真珠蒸し	豚挽肉 卵 ハム	米 もち米	にんにく 生姜 玉葱 きゅうり ひじき	♪ババロア寒天 ウエ ハース	600(590)20.8(20.4)	18日 もも組リトミック
火	牛乳	中華風酢の物 みかん	豆腐 脱脂粉乳	春雨 ごま油	人参 もやし みかん	牛乳	19.5(18.0) 0.9(1.0)	
19	かし	ちゃんぽんめん	豚肉 えび	冷凍ラーメン 油	人参 きゃべつ もやし チンゲン菜	♪りんご蒸しパン	528(500)18.5(17.7)	
水	牛乳	さつま芋の天ぷら バナナ	なると	さつま芋	バナナ	牛乳	15.9(16.5) 1.5(1.3)	
20	かし	食パン チリコンカン	豚挽肉 ヨーグルト	食パン 油	にんにく 玉葱 人参 ピーマン	♪野菜ポッキー	494(488)22.5(21.7)	21日 さくら組保育発表会
木	牛乳	ブロッコリー ヨーグルト	茹大豆	じゃが芋	カレー粉缶 トマト缶	牛乳	17.6(17.1) 1.3(1.2)	
21	果物	ご飯 かわいいの煮つけ	かわいい 茹大豆	米 油	トマト缶 玉葱 人参 大根 小松菜	♪豆乳わらび	523(498)26.2(23.7)	
金	豆乳	大豆のケチャップ煮 みそ汁☆	ウインナー豆腐	じゃが芋		牛乳	15.6(12.8) 1.2(2.2)	
22	かし	野菜ラーメン	豚肉	油	人参 もやし コーン缶	♪シュガーロールパン せんべい	460(449)18.6(18.0)	25日 リトミック うめ・さくら組
土	牛乳	かぼちゃの甘煮	なると	生ラーメン	かぼちゃ	牛乳	7.9(9.3) 1.3(1.2)	
25	かし	ご飯 鶏のから揚げ	鶏肉 豆腐	米 油 ごま	人参 大根 ごぼう こんにやく	♪おおかかチーズおに ぎり	626(583)25.9(24.0)	
火	牛乳	ブロッコリーのごま和え さつま汁☆	豚肉 油揚げ	さつま芋 ごま油	ブロッコリー	牛乳	21.3(20.0) 1.7(1.25)	
26	かし	ホットパン ミートローフ	豚挽肉 卵	ホットパン 油	玉葱 人参 コーン缶 グリンピース	やきいも	502(488)20.3(19.5)	26日 焼きいも
水	牛乳	ひじきの炒りに みかん	脱脂粉乳 油揚げ		ひじき 白滝 みかん	牛乳	21.8(20.4) 1.6(1.6)	
27	かし	五目ご飯 えびフライ	鶏肉 えび 油揚げ	米	ごぼう 干し椎茸 人参 焼きのり	ロールケーキ	541(537)21.3(20.9)	27日 誕生日会
木	豆乳	マカロニサラダ みかん	卵 ハム	マカロニ	きゅうり きゃべつ みかん	ミルミルス	18.0(18.1) 1.1(1.1)	
28	かし	麦ご飯 すき焼き風煮	豚肉 焼き豆腐	米 麦 油	人参 白菜 長葱 しらたき 春菊 干し椎茸	♪ブルースコーン	588(553)21.6(20.5)	
金	牛乳	昆布の和え物 オレンジ	卵 かにかまぼこ		えのき茸 細切昆布 きゅうり オレンジ	牛乳	20.3(19.2) 1.8(1.6)	
29	かし	スパゲティナポリタン	豚ひき肉	スパゲティ	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム缶	♪スティックパン せんべい	440(441)17.5(17.2)	11.2(12.8) 1.6(1.4)
土	牛乳	わかめスープ	豆腐		わかめ	牛乳		

《 気温の変化に気をつけて 》

朝晩は冷え込むようになり、体調を崩しやすい季節です。温かく栄養満点の食事を十分にとって病気に負けない体づくりに努めましょう。
風邪などの予防に、手洗い、うがいも忘れずに!!

☆野菜がたくさんとて温まるさつま汁
今月のメニューにでます。
さつま芋・大根・人参・ごぼう・こんにやく・豚肉など旬の好みの具材で。
鍋にだし汁と根菜類を入れて煮込みます。
油揚げ、豆腐を入れて味噌や醤油、好みの味付けで楽しめます。

<材料 1人分>
もち米...15
豚挽肉...40
玉葱...13
生姜・にんにく...少々
卵...4
醤油・塩...少々
片栗粉...1

ばくばくレシピ! 『肉団子の真珠蒸し』

<作り方>

- ① もち米は1~2時間程度水につけておき、ザルにあけて水気をきる
- ② 玉葱とにんにくはみじん切にする
- ③ ボールに豚挽肉を入れ、②、生姜汁、溶き卵、調味料を加え、よく混ぜ合わせる
- ④ もち米をバッドなどに広げておき、団子状に丸めた挽肉にもち米をまわりにつける
- ⑤ 蒸気のあがった蒸し器に入れ、20分くらい蒸す。

3歳以上児平均提供栄養量・(1)未満児：エネルギー548(526)・蛋白質21.4(20.4)・脂質17.6(17.4)・食塩1.9(1.7)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にはほしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。♪マークがついている日はてづくりおやつです。食材の都合で献立を変更する場合があります。