

保護者各位

金沢愛児園



# 園だより

あちらこちらで色とりどりの花が咲き、そのにおいと新緑のまぶしさに、つい足を止め大きく深呼吸をしたくなる季節になりました。新年度が始まり1ヶ月が過ぎ、子どもたちも新しい生活や環境に慣れてきたように感じます。戸外では「これなんのむし?」「みてみて、おはなさいてるよ」と子どもたちもワクワクしながら春を楽しんでいます。これからの時期急に暑くなる日もありますが、水分補給をしっかりとしながら、体調の変化に気を付け、元気に過ごせるようにしたいと思います。



## ☆5月の行事予定☆

○17日(金) 移動動物村・・・天候により当日中止の場合はマチコミメールでお知らせします。

※動物たちへ、お家にある野菜や果物の余りなどありましたら、お持ちください。

当日の朝、1階テラスと玄関に段ボール箱を置きますのでご協力をお願いします。

○20日(月)～31日(金) さくら組個人面談週間 詳細はクラスよりお知らせします。

○21日(火) 誕生会

○27日(月) すみれ組 懇談会

○28日(火) たんぽぽ組 懇談会

○29日(水) つぼみ組 懇談会

} 「懇談会のお知らせ」をご覧ください



### ～地域交流～

\*10日(金) ふきのとう 園庭開放

\*17日(金) 移動動物村

(地域、若草保育園年長児、近隣のお年寄り 招待)



### ＝夏野菜の栽培＝

今年も幼児クラスで朝顔やキュウリ、おくら、なす等の夏野菜や花を水やりをしながらみんなで育てます。暑さに負けず大きく育てますように！

### \* 保育参加が始まりました \*

5月より保育参加を受け付けます。参加ご希望の方は、お申し出ください。

○各家庭1名(年2回可能)

○参加時間 9:30～給食前まで

○受付予定月

5月(すみれ組以上)

6・11・1・2月(全クラス)

※5月移動動物村、6月お店屋さんごっこを除く)

○動きやすい服装でお越しください。

申し込み状況により日程調整をさせていただくことがあります。



※保育参加中の駐車はお控え下さい。

### \*\*\*\*\*～お知らせ～\*\*\*\*\*

☆4月に配布しました現況届は5月17日(金)までに担任または事務所へ提出してください。

おもて面(名前の記載)が見えるように入れてください。封筒の施設名、児童氏名、生年月日を忘れずに記入し、必ず封をしてください。

☆門の電子錠と2階階段上の扉の修理をいたしました。門や扉を閉める際には必ず最後まで手を添えカチッと閉まったことをご確認ください。ご協力お願いいたします。

☆今月のゆうちょ引き落とし日は5月24日(金)です。

今月は年に一度の「新年度教材費」を含むため、いつもより大きな金額となります。口座が残高不足とならないようご準備をよろしくお願ひいたします。

※教材の購入品内訳は先に配布させていただいた「年間教材内訳表」のとおりです。

\*\*\*\*\*







### 【つぼみ組】

○ゆったりした雰囲気の中で、一人ひとりに合った生活リズムで安心して過ごせるようにする。  
○園庭遊びや散歩を通して、春の気持ちよさを感じる。

音楽や歌が好きなつぼみさん。体を揺らしたり音の鳴る玩具を笑顔で振って楽しんでます。暖かい日には園庭遊びや散歩に行き、たくさん自然を感じながら、気持ちよく過ごしていきたいと思います。



### 【たんぽぽ組】

○安定した生活リズムの中で、スキンシップをとりながら安心して過ごす。

○戸外遊びを喜び、様々なものに興味を持って触れたり遊んでみようとする。

たんぽぽ組での生活にも慣れてきて、好きな遊びを見つけて楽しめるようになってきました。天気の良い日には散歩に出かけ春の自然に触れたり、犬やシーサイドラインを見て喜ぶ姿がありました。好奇心旺盛な子どもたちの「やりたい！」という気持ちを大切に、様々なことを経験できるようにしていこうと思います。

### 【すみれ組】

○生活の流れが分かり、手伝ってもらいながら身の回りのことをする。

○身近な自然に触れ、感じたことを言葉やしぐさで伝える。

進級してから1ヶ月が経ちました。オルガンの音に合わせ、生活の歌や季節の歌をうたって喜んでいるすみれ組です。今月はうわばきを履いたり、蛇口をひねって水を出して手を洗ったりと自分でできるよう促していきます。散歩にも出かけ、自然を感じていきたいと思います。



### 【ちゅうりっぷ組】

○生活の仕方がわかり、身の回りのことを自分でしようとする。

○戸外でのびのびと体を動かして遊ぶ。

ちゅうりっぷ組での生活にも少しずつ慣れ、身の回りのことにも進んで取り組もうとする姿が増えてきました。天気の良い日には戸外でたくさん体を動かし、室内ではお店やさんごっこに向けた活動をしながら、行事を楽しんでいきたいと思えます。



### 【もも組】

○生活の仕方が分かり、出来ることは自分でしようとする。

○保育士や友だちとのやりとりを楽しむ中、自分の思いや気持ちを言葉で伝える。

できた事を自信や次への意欲につなげていけるよう促していきたいと思います。

経験したことを話す機会をつくったり、やりとりの中で必要な言葉や伝え方を一緒に考えていながら思いを伝えていけるよう関わっていきます。

### 【さくら組】

○友だちと言葉で伝えあいながら、一緒にあそぶ楽しさを味わう。

○身近な動植物に関心を持ち、自ら関わったり観察したりして親しむ。

さくら組になって早1ヶ月。花や実、虫に興味いっぱいの子どもたち。じっと観察したり、図鑑と照らし合わせてみたりしています。今月は移動動物村もあるので、動物たちと触れ合う中で、愛情や命を大切にする気持ちを育てていきたいと思えます。

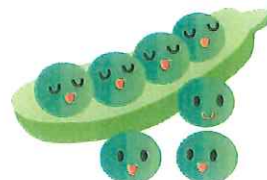




金沢愛児園  
2024年5月号

風薫る5月、さわやかな季節になりました。子どもたちは新しい環境に慣れてきて、元気に園生活を送っています。緊張がほぐれ、たくさん遊んでお腹が空くのか、「今日の給食なんですかー？」と声をかけてくれる子どもがたくさんいます。

## そらまめのさやむきをしました！



春から初夏が旬のそらまめは、天に向かってさやが実るので「空豆」と呼ばれるそうです。

幼児クラスはそらまめのさやむきをしました。皮がかたいので苦戦しているようでしたが、保育士と一緒にむき進めました。そらまめのペッドを「フワフワだね」と興味深そうに見たり触ったりしていました。どのさやも4~6粒の豆が入っており友達と比べあいながら嬉しそうに数えていました。



そらまめはビタミンやミネラル、食物繊維、カロリーが豊富で栄養満点な食物です。美容や健康への効果のみならず、疲労回復や貧血予防にといった効果があります。ぜひご家庭でも一緒にむいてみてください。



## 朝食と生活リズムの関係



朝食をしっかりと食べることで、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。朝ごはんを食べるためには、朝ギリギリまで寝ていると食欲が出ないため、早寝・早起きが大切です。毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。また、家族もいっしょに規則正しい生活を送ると、子どもたちにも自然に生活リズムが身につきます。



## 食事の正しい姿勢って？

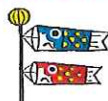
正しい姿勢で食事ができるように、食事環境を見直してみましよう。テーブルやイスの高さが合っていないと足をブラブラしてしまうなど、食事に集中できません。足の下に台を置くなどして、ふらつかないようにします。また、子どもの視界におもちゃなど気になるものが入らないように片づけることも大切です。

テーブルは手のひから下が自由に動かせる高さに



背中がくっつかないようにクッションなどを入れても

イスの高さは足の裏が床にしっかりとつく位置に



玄関・ゆい組にて給食レシピ配布中です！

・三色野菜の納豆和え

・高野豆腐の酢豚風

# 金沢愛児園 献立表

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1食未満)	材 料 名 (三色食品群別)				3時おやつ ※牛乳の量は 乳児100/幼児150cc
			熱と力になるもの (黄)	血や肉や骨になるもの (赤)	体の調子を整えるもの (緑)	調味料	
01 水	鮭のこいのぼりにご飯 鶏肉の照焼 三色野菜のごま和え 大根のみそ汁	507.4(438.4) 26.8(23.1) 13.6(11.5) 2.0(1.6)	米、O食パン、ずりごま、砂糖	O牛乳、鶏もも肉、さけ、みそ、Oプロセステーズ、油揚げ、プロセステーズ、@牛乳	もやし、ごまつな、Oいちごジャム・砂糖、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、O焼きのり、しょうが、焼きのり	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん	いちごジャムサンド牛乳
02 木	御飯 かじまぐろの梅田揚げ 大根とひじきのサラダ 小松菜のみそ汁	557.8(449.8) 23.1(17.4) 20.1(17.1) 1.5(1.1)	Oさつまいも、米、ノンエッグマヨネーズ、油、片栗粉	O牛乳、かじま、ハム、みそ、油揚げ、@牛乳	だいこん、きゅうり、たまねぎ、ごまつな、コーン缶、ひじき、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、酒、O食塩	ぶかし芋牛乳
07 火	御飯 カレーの愛わり焼き 絹豆腐 お豆と玉ねぎのみそ汁	514.8(441.9) 26.8(22.0) 14.3(14.7) 1.5(1.2)	米、Oホットケーキミックス、Oケーキシロップ、ノンエッグマヨネーズ、お豆	O牛乳、かじま、O牛乳、揚げり納豆、みそ、Oバター、@牛乳	もやし、たまねぎ、ごまつな、にんじん、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、ケチャップ、酒	ホットケーキ牛乳
08 水	和風ポテト さっぱりサラダ かぶのスープ	518.6(454.6) 20.5(18.7) 11.2(12.2) 1.8(1.5)	スナグティ、O米、Oもち米、油、Oごま油、O砂糖	豚ひき肉、O鶏もも肉、みそ、@牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、かぶ、にんじん、しめじ、かぶの葉、Oにんじん、Oたけのこ(水浸し)、にんにく、Oこむぎ(だし用)	ケチャップ、Oしょうゆ、しょうゆ、酢、鶏がらスープ、O本みりん、O酒、O食塩	中華風おこわ 麦茶
09 木	胚芽米御飯 高野豆腐の酢豚風 切干大根の中華風サラダ えのきのすまし汁	550.6(463.6) 19.0(17.1) 19.4(17.6) 1.9(1.5)	胚芽米、Oクラッカー、片栗粉、砂糖、油、ずりごま、ごま油	O牛乳、豚肩ロース肉、凍り豆腐、@牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、えのきだけ、切り干しだいこん、Oいちごジャム・砂糖、ピーマン、わかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、ケチャップ、本みりん、食塩、酒	クラッカーサンド牛乳
10 金	豚肉のしょうが焼き丼 【新メニュー】ブロッコリーの白和え わかめスープ	602.6(481.0) 23.7(20.4) 20.5(18.6) 1.9(1.5)	米、Oコーンフレーク、ごま、砂糖、油、ごま油	O牛乳、豚肩ロース肉、木綿豆腐、さくらえび、@牛乳	たまねぎ、Oバナナ、にんじん、ブロッコリー、わかめ、しょうが	しょうゆ、本みりん、酒、鶏がらスープ、食塩	コーンフレークバナナ※幼児のみ牛乳
11 土	チキンピラフ マカロニサラダ 玉ねぎと人参のスープ	409.4(375.6) 14.0(13.9) 8.2(9.9) 4.1(3.2)	O焼きそばめん、米、マカロニ、ノンエッグマヨネーズ	鶏もも肉、ツナ油漬缶、バター、@牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン缶、Oにんじん、Oたまねぎ	O焼きそば粉末ソース、鶏がらスープ、食塩	焼きそば 麦茶
13 月	御飯 さわらの西京焼き 根菜の煮物 キャベツのみそ汁	534.1(440.5) 26.2(21.3) 18.3(16.5) 1.8(1.4)	米、Oマッシュポテト、O油、Oきょうざの皮、砂糖	O牛乳、さわか、O豚ひき肉、みそ、さつまいも、油揚げ、@牛乳	だいこん、キャベツ、れんこん、にんじん、たまねぎ、Oたまねぎ、ごぼう	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、酒、O鶏がらスープ、Oカレー粉、かつお・昆布だし汁	インドサモサ牛乳
14 火	菜餚御飯 豚肉のサクサク揚げ 小松菜のしらすサラダ 大根のすまし汁	514.3(441.0) 25.1(21.7) 15.8(15.1) 1.2(1.0)	米、Oマカロニ、片栗粉、胚芽粉(小麦)、油、小麦粉、O砂糖、ごま油	O牛乳、豚ヒレ肉、しらす干し、Oきな粉、Oスキムミルク、@牛乳	キャベツ、ごまつな、だいこん、たまねぎ、にんじん、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、酢、本みりん、食塩	マカロニきな粉牛乳
15 水	ソフトフランス ハンバーグ コールスローサラダ オニオンスープ	533.1(429.0) 17.5(15.6) 16.7(15.7) 1.9(1.4)	ソフトフランス、O米、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、パン粉、油、砂糖、Oごま	豚ひき肉、鶏豆腐、@牛乳	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、Oうめ干し、わかめご飯の葉	中濃ソース、ケチャップ、酢、鶏がらスープ、食塩	うめわかめおにぎり 麦茶
16 木	三色どんぶり ブロッコリーのごま酢和え 厚揚げのみそ汁	476.7(415.9) 20.1(18.0) 16.3(15.5) 1.6(1.3)	米、Oメロンパン、砂糖、ごま	O牛乳、豚ひき肉、生揚げ、みそ、@牛乳	ブロッコリー、ほうれんそう、もやし、コーン缶、にんじん、たまねぎ、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酢、酒	メロンパン牛乳
17 金	サンマー麺 パナソニック風サラダ オレシヨ※幼児のみ	500.0(443.3) 20.0(18.5) 12.5(13.2) 1.6(1.3)	中華めん、O米、ごま油、片栗粉、ねりごま、砂糖、ずりごま、Oごま油	鶏ささ身、豚肩ロース肉、Oツナ油漬缶、みそ、@牛乳	もやし、キャベツ、きゅうり、オレシヨ、にんじん、にら、黒きくらげ、O塩昆布、Oあおのり	本みりん、ラーメンソース	シーチキンと塩昆布の混ぜ御飯 麦茶
18 土	鶏肉の甘辛どんぶり 春雨ときゅうりの酢の物 豆腐のみそ汁	590.6(497.7) 25.2(21.8) 17.9(16.6) 2.2(1.7)	米、O食パン、はるさめ、砂糖、ごま、ごま油、油、O砂糖、片栗粉	O牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、Oホイップクリーム、みそ、O無塩バター、@牛乳	たまねぎ、Oかぼちゃ、きゅうり、にんじん、ねぎ、コーン缶、わかめ、しょうが	煮干だし汁、酢、しょうゆ、本みりん	かぼちゃペーストサンド牛乳
20 月	黒糖パン 鶏肉のトマトソースかけ 大根サラダ キャベツのスープ	413.7(351.3) 18.2(16.5) 18.4(14.9) 1.5(1.1)	O米、黒糖パン、油、ずりごま、砂糖	鶏もも肉、ツナ油漬缶、O油揚げ、@牛乳	だいこん、たまねぎ、きゅうり、カットトマト缶詰、にんじん、キャベツ、Oにんじん、Oごぼう、Oひじき、にんにく	Oかつお・昆布だし汁、酒、鶏がらスープ、Oしょうゆ、しょうゆ、酢、O本みりん、中濃ソース、Oセリシヨ、O酒	ひじき御飯 麦茶
21 火	*誕生会メニュー* 御飯 揚げ餃子 春雨サラダ コーンクリームスープ	691.4(570.6) 20.1(17.7) 29.0(25.7) 1.4(1.1)	米、O小麦粉、O黒砂糖、はるさめ、油、きょうざの皮、片栗粉、砂糖、O黒砂糖、ごま、ごま油	O牛乳、牛乳、豚ひき肉、O牛乳、O無塩バター、Oホイップクリーム、バター、@牛乳	クリームコーン缶、キャベツ、たまねぎ、もやし、きゅうり、コーン缶、Oバナナ、にんじん、にら、しょうが	しょうゆ、酢、鶏がらスープ、酒、ベーキングパウダー	バナナ黒糖ケーキ牛乳
22 水	塩焼きそば ブロッコリーののりマヨ和え 中華風スープ	473.6(427.6) 17.8(16.9) 13.6(14.0) 1.7(1.4)	焼きそばめん、O米、ノンエッグマヨネーズ、Oごま、ごま、ごま油	豚肩ロース肉、Oチーズ、Oかつお節、@牛乳	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、もやし、にら、ねぎ、えのきたけ、焼きのり	鶏がらスープ、しょうゆ、Oしょうゆ	チーズおかおにぎり 麦茶
23 木	黒米入り御飯 カレーの煮つけ キャベツのみそフレンチ えのきとわかめのすまし汁	559.4(473.0) 23.5(19.6) 20.7(18.8) 1.5(1.2)	米、O小麦粉、O砂糖、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、ごま、黒米	O牛乳、かじま、O無塩バター、みそ、@牛乳	キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、本みりん、食塩	バターサブレ牛乳
24 金	ドライカレー ごぼうときゅうりのサラダ 白菜のスープ	532.0(457.2) 18.0(16.4) 18.0(16.7) 1.6(1.3)	米、ノンエッグマヨネーズ、ごま、小麦粉、油、砂糖	O牛乳、豚ひき肉、ハム、粉チーズ、@牛乳	たまねぎ、Oみかん缶(液汁)、きゅうり、にんじん、Oみかん缶、はくさい、ごぼう、O白桃缶、O眞味、干しぶどう、ピーマン、コーン缶、にんにく、しょうが	ケチャップ、中濃ソース、鶏がらスープ、しょうゆ、カレー粉	寒天入りフルーツポンチ牛乳
25 土	肉うどん ポテトサラダ	468.6(420.7) 16.3(15.7) 11.0(12.0) 1.6(1.3)	じゃがいも、O米、干しうどん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、ツナ油漬缶、みそ、O油揚げ、@牛乳	にんじん、だいこん、はくさい、きゅうり、ねぎ、Oコーン缶、Oにんじん	かつお・昆布だし汁、Oしょうゆ、O本みりん、みりん、酢	こぎつね御飯 麦茶
27 月	フランスパン※乳児はバターロール ミネストローネスープ マゼドアンサラダ りんご※幼児のみ	454.5(440.4) 12.6(13.6) 10.8(14.7) 2.1(1.6)	じゃがいも、O米、フランスパン、ノンエッグマヨネーズ、油、バターロール	ハム、O豚ばら肉、チーズ、@牛乳	カットトマト缶詰、りんご、たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、Oにんじん、コーン缶、セロリ、O刻みごぼう、にんにく	O本みりん、Oしょうゆ、O酒、鶏がらスープ、本みりん、酒、しょうゆ	豚肉と刻み昆布の混ぜ御飯 麦茶
28 火	麻婆丼 三色野菜のナムル かぶのみそ汁	420.8(381.7) 17.5(16.5) 10.5(11.7) 1.7(1.4)	米、Oパエリアミックス、ごま、片栗粉、ごま油	O牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、テンメンジャン、@牛乳	もやし、ほうれんそう、たまねぎ、かぶ、にんじん、かぶの葉、ねぎ、にら、にんにく、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、鶏がらスープ、本みりん、食塩、酒	いちごパエリア 麦茶
29 水	発芽玄米入り御飯 レバーのかりん揚げ キャベツの昆布和え 切干大根のみそ汁	463.8(406.3) 22.5(19.9) 11.8(12.2) 1.6(1.3)	Oじゃがいも、米、片栗粉、発芽玄米、油、ごま、砂糖	O牛乳、豚レバー、みそ、油揚げ、@牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、塩昆布、切り干しだいこん、しょうが	煮干だし汁、ケチャップ、中濃ソース、酒、Oケチャップ、しょうゆ	バイクドポテト牛乳
30 木	御飯 ぶりのみそ照り焼き きんぴら炒め 豆腐とニラのスープ	608.5(495.9) 25.2(20.7) 25.6(21.3) 1.4(1.1)	米、Oホットケーキミックス、砂糖、ごま、ごま油	O牛乳、ぶり、絹ごし豆腐、O無塩バター、さつまいも、みそ、@牛乳	れんこん、ごぼう、にんじん、Oオレシヨ濃縮果汁、にら、O低糖度マーメイド、しょうが	本みりん、しょうゆ、酒、鶏がらスープ	オレシヨファイブ牛乳
31 金	タンメン風うどん 南瓜の甘煮 バナナ※幼児のみ	459.4(381.2) 12.9(12.7) 7.4(9.3) 1.4(1.2)	O米、干しうどん、片栗粉、砂糖、ごま油、Oごま	豚肩ロース肉、なると、@牛乳	かぼちゃ、バナナ、キャベツ、もやし、にんじん、にら、Oしそゆかりかけ	しょうゆ、鶏がらスープ	ゆかりおにぎり 麦茶

※都合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つぼみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。