



# 4月号 園だより

令和6年4月6日(土) 発行  
 社会福祉法人 釜石愛育会 小佐野保育園 担当：真田

## ご入園、ご進級おめでとうございます！

爽やかな風が心地よく、春の訪れを感じる今日この頃です。  
 令和6年度は、12名の新しいお友だちと2名の異動職員を迎えてのスタートとなりました。

新しい環境となり、心配なこと、戸惑ってしまうこともあるかもしれません。お子様の様子で気になることなどあれば、どんな小さなことでも遠慮せずお声がけください。

子ども達一人ひとりが健やかに成長し、毎日楽しく安心して過ごせるよう、また保護者の皆様に安心して大切なお子様を預けていただけるように、職員一同努めてまいります。一年間どうぞよろしくお願いいたします。



園長 佐々木 啓子

## 新しいお友達の紹介



## ★4月の行事予定★

- 6日(土) 入園・進級式
- 10日(木) 避難訓練 (オリエンテーション)
- 18日(日) 読み聞かせの会 (ぞう組・くま組・らいおん組)
- 24日(水) 誕生会
- 26日(金) こどもの日のお祝い



★おたんじょうび  
おめでとう★

## ★職員紹介★



園長	佐々木 啓子		
副園長	真田 理恵		
主任保育士	佐野 美沙子 (こあら組) 菊池 聡美 (ぞう組) 阿部 真一郎 (くま組) * 鶴住居保育園より異動		
保育士	成瀬 晴菜 (あひる組) 菊池 美咲 (らいおん組) * 中妻子供の家保育園より異動 鈴木 珠羅 (きりん組)		
調理師	田中 久美子		
臨時保育士	及川 満喜子	澤口 敦子	
	佐々木 誉志子	海藤 寧々	
	星 美保 (延長保育担当)		
保育助手	三浦 栄子	佐藤 しのぶ	
給食の先生	小笠原 祭子	木村 礼子	川崎 寛奈

## ★クラスだより★

### ぞう組

昨年に引き続き、ぞう組担任となりました菊池 聡美です。保育園での生活もいよいよラスト一年!!子ども達と一緒に、楽しい思い出をいっぱい作っていきたいです。今年もたくさん子ども達の成長を見守っていけたらと思います。一年間よろしくお願いします。

### くま組

いよいよ新年度が始まりました。今年度、担任となりました阿部 真一郎です。一年間よろしくお願いします。新年度が始まり、一週間ですが、元気いっぱいのくま組さんです。体調には気を付けて過ごしていきましょう。

### らいおん組

中妻子供の家保育園から異動となりました、らいおん組担任の菊池 美咲です。子ども達と毎日笑顔で楽しく過ごしていきたいと思います。一年間よろしくお願いします!

### きりん組

入園・進級おめでとうございます!今年度は2名の新しいお友達を迎え、8名のスタートになります!また一つ、お兄さん・お姉さんになりましたね!今年度も毎日元気に楽しく過ごしていきたいと思います!一年間どうぞよろしくお願い致します。

### あひる組

入園・進級おめでとうございます。あひる組は、新しいお友達を4名迎え、計11名でのスタートとなりました。子ども一人ひとりに寄り添いながら、安心して園生活を送れるよう努めていきたいと思っています。子ども達の成長を見守りながら、みんなで元気に楽しく過ごしていきたいと思っています。一年間よろしくお願い致します。

### こあら組

ご入園おめでとうございます。こあら組は、1名の新しいお友達とスタートとなります。一対一の関わりの中、ゆったりと過ごしていきたいと思っています。一年間よろしくお願いします。



# 4月 献立表



2024年度 小佐野保育園

曜日	月		火		水		木		金		土	
日付	1日		2日		3日		4日		5日		6日	
未満児 おやつ	ヨーグルト		ヨーグルト		ヨーグルト		牛乳		ヨーグルト		<b>入園・進級式</b> 	
給食	味噌おでん 小松菜の五目和え 鶏団子と葛切りのスープ 果物		親子煮 ブロッコリーのおかか和え マカロニサラダ みそ汁・果物		五目納豆 粉ふき芋のオーロラソースかけ 蛇腹胡瓜のごま油和え みそ汁・果物		鮭のマヨネーズ焼き マカロニケチャップソテー のり塩ナムル さつま汁・果物		きつねうどん 鶏肉のゴマ味噌焼き 南瓜のサラダ 果物 <b>ご飯はいりません</b>			
おやつ	さつま芋チップ 牛乳		麩のココアラスク 牛乳		ーロパリパリピザ 牛乳		チーズいもち 牛乳		豆腐のホットケーキ 牛乳			
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 469Kcal 21.0g 19.3g 3.4g	<未満児> 511Kcal 20.3g 14.7g 2.5g	<以上児> 395Kcal 21.3g 19.1g 2.0g	<未満児> 447Kcal 18.7g 16.3g 1.3g	<以上児> 391Kcal 22.8g 20.1g 2.1g	<未満児> 462Kcal 21.7g 16.0g 1.6g	<以上児> 338Kcal 21.7g 12.2g 1.7g	<未満児> 418Kcal 21.6g 11.0g 1.3g	<以上児> 560Kcal 24.8g 22.8g 3.2g	<未満児> 458Kcal 20.9g 17.2g 2.4g		
日付	8日		9日		10日		11日		12日		13日	
未満児 おやつ	ヨーグルト		牛乳		ヨーグルト		牛乳		ヨーグルト		ぶどう果汁	
給食	ミートボール きゅうりとキャベツの和え物 南瓜のパン粉焼き みそ汁・果物		ポークチャップ ひじきの煮物 小松菜のりしょう油和え みそ汁・果物		卵のキッシュ風 コールスローサラダ トマト みそ汁・果物		竹輪フライ すき昆布と豚肉の炒め煮 法蓮草のごま和え スープ・果物		麻婆ラーメン ごぼうのサラダ ブロッコリー赤黄和え 果物 <b>ご飯はいりません</b>		ツナサンド 牛乳 果物 <b>ご飯はいりません</b>	
おやつ	焼うどん 牛乳		じゃこチーズトースト 牛乳		バナナおからケーキ 牛乳		黒糖蒸しパン 牛乳		ちんすこう 牛乳		ヨーグルト クラッカー	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 369Kcal 19.0g 17.6g 2.4g	<未満児> 441Kcal 18.9g 13.6g 1.8g	<以上児> 365Kcal 24.6g 12.2g 2.5g	<未満児> 436Kcal 23.7g 11.0g 1.9g	<以上児> 362Kcal 17.0g 16.9g 1.5g	<未満児> 440Kcal 17.8g 13.2g 1.1g	<以上児> 329Kcal 17.5g 9.2g 2.2g	<未満児> 431Kcal 18.7g 11.1g 1.7g	<以上児> 541Kcal 22.7g 20.8g 3.5g	<未満児> 442Kcal 19.4g 15.5g 2.5g	<以上児> 369Kcal 14.2g 11.6g 1.2g	<未満児> 400Kcal 13.9g 11.4g 1.2g
日付	15日		16日		17日		18日		19日		20日	
未満児 おやつ	野菜&フルーツ果汁		ヨーグルト		ヨーグルト		牛乳		ヨーグルト		野菜&フルーツ果汁	
給食	鶏ちゃん焼き ベークドポテト シルバーサラダ みそ汁・果物		高野豆腐の唐揚げ 煮浸し 南瓜の煮物 みそ汁・果物		ココット風目玉焼 ビーフソテー ブロッコリーの胡麻和え みそ汁・果物		鯖の竜田揚げ 切干大根のカレーソテー 法蓮草ともやしのナムル みそ汁・果物		チャンボンうどん 茹卵ケチャップソースかけ 大根とハムと胡瓜のサラダ 果物 <b>ご飯はいりません</b>		カレートースト 法蓮草のごま和え 牛乳 果物 <b>ご飯はいりません</b>	
おやつ	チーズチヂミ ジョア		揚げあんぱん 牛乳		チョコクッキー 麦茶		ビスケット・せんべい 牛乳		たぬきおにぎり 牛乳		まがりせんべい ジョア	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 380Kcal 24.9g 13.2g 2.2g	<未満児> 452Kcal 22.5g 9.9g 1.6g	<以上児> 425Kcal 21.3g 14.3g 2.4g	<未満児> 468Kcal 18.7g 12.9g 1.6g	<以上児> 437Kcal 16.4g 22.2g 1.5g	<未満児> 475Kcal 16.1g 16.3g 1.2g	<以上児> 409Kcal 19.6g 18.8g 1.8g	<未満児> 445Kcal 18.1g 17.0g 1.3g	<以上児> 546Kcal 29.4g 13.1g 3.2g	<未満児> 436Kcal 22.3g 11.8g 2.3g	<以上児> 398Kcal 19.7g 11.4g 1.4g	<未満児> 424Kcal 19.9g 11.2g 1.3g
日付	22日		23日		24日 誕生会		25日		26日 子どもの日のお祝い		27日	
未満児 おやつ	牛乳		野菜&フルーツ果汁		牛乳		ヨーグルト		牛乳		りんご果汁	
給食	豚肉の生姜焼き キャベツと竹輪の胡麻和え 若布とツナソテー みそ汁・果物		豆腐入りハンバーグ コロコロポテトサラダ ブロッコリーのカレー和え みそ汁・果物		ミルクカレー スパゲティサラダ トマト スープ・果物		鱈フライ ほうれん草のバター炒め タルタルサラダ みそ汁・果物		スパゲティマトソースかけ ブロッコリーのチーズ焼き フレンチサラダ・果物 蕪とベーコンのスープ <b>ご飯はいりません</b>		ホットドッグ 牛乳 果物 <b>ご飯はいりません</b>	
おやつ	ごま団子 牛乳		卵サンド 牛乳		ケーキデコレ りんご果汁		スイートポテト 牛乳		きなこ蒸しパン ジョア		ゼリー ハッピーターン	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 386Kcal 22.2g 17.6g 1.5g	<未満児> 451Kcal 22.0g 14.8g 1.2g	<以上児> 424Kcal 22.1g 23.4g 2.3g	<未満児> 476Kcal 19.4g 17.3g 1.7g	<以上児> 508Kcal 16.8g 20.4g 3.0g	<未満児> 531Kcal 17.1g 16.2g 2.0g	<以上児> 423Kcal 22.6g 18.9g 1.5g	<未満児> 479Kcal 21.5g 14.5g 1.2g	<以上児> 464Kcal 24.7g 14.8g 1.9g	<未満児> 395Kcal 22.7g 12.0g 1.5g	<以上児> 463Kcal 13.8g 20.6g 1.9g	<未満児> 484Kcal 13.5g 19.5g 1.8g
日付	29日		30日									
未満児 おやつ	ヨーグルト		ヨーグルト									
給食	<b>昭和の日</b> 		五目厚焼卵 春雨のいり煮 法蓮草ともやしの海苔和え みそ汁・果物									
おやつ			ウインナーパイ 牛乳									
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 440Kcal 21.0g 15.8g 1.6g	<未満児> 460Kcal 20.0g 13.9g 1.5g	<以上児> 397Kcal 19.2g 21.7g 2.1g	<未満児> 464Kcal 19.2g 16.6g 1.6g								



## ご入園、ご進級 おめでとうございます！



ご入園・ご進級おめでとうございます。  
 小佐野保育園では毎年野菜を栽培しています。種まきや苗植えをし、水やりをしながら実が大きくなっていく様子や楽しさを感じてもらい、子どもたちの手で収穫します。また、その野菜を給食で頂いたり、クッキングをしたりします。食べ物に関心を持ってもらい、家族みんなが健康で長生きできる食生活のきっかけになっていただければと思います。  
 また、毎日の栄養価を記載しています。  
 太枠で囲ってあるところが保育園での基準値になります。  
 今年度もよろしくお願いいたします。

## 給食室からのお知らせ

- ㊦ そう・くま・らいおん組はお弁当箱にご飯を入れて持ってきてください。ご飯の量は110gが目安ですが、個人差があると思いますので、無理なく食べられる量を入れて下さい。
- ㊦ きりん・あひる・こあら組は完全給食なので、麺、パン以外の日はご飯が出ます。
- ㊦ 都合により、メニューが変更となる場合がありますので、ご了承下さい。
- ㊦ 5日・12日・19日・26日は完全給食なので、以上児さんもご飯はいりません。

## 花粉症に効果的な食べ物

野菜類や青魚を積極的に食べることは花粉症の症状を抑える効果があるとされています。また、しそや甜(てん)茶(ちゃ)、ヨーグルト、緑茶なども症状の緩和が期待される食品といわれています。効果には個人差がありますが、食事にこれらの食品を取り入れてみるのも花粉症対策のひとつです。

