

10月の園だより

令和6年10月1日 発行 社会福祉法人 釜石愛育会 小佐野保育園 担当 佐野

今週末はいよいよ運動会ですね。今までの取り組みの成果を、お家の方々にお見せ出来ればと思います。たくさん声援よろしくお願いします。

10月は楽しい行事がめじろおしです。気温の変化も激しい季節ですので、体調管理をしっかりと行い、楽しく参加したいと思います。



★10月の行事予定

5日(土) 運動会	23日(水) 消防フェスティバル(5歳児)
7日(月) スイーツクッキング(1、2歳児)	24日(木) 読み聞かせの会(3、4、5歳児)
9日(水) お絵描き列車(5歳児)	25日(金) なかよし会(老人クラブの方と交流会)
10日(木) 言語・聴覚検査(5歳児)	28日(月) キッズサッカー(5歳児)
15日(火) 焼き芋会(5歳児)	30日(水) 誕生会
※鶴住居保育園、中妻子供の家保育園との合同行事です	31日(木) ハロウィン訪問
18日(金) 3歳児 保育参観	
4、5歳児ピクニック	※身体測定は日時未定
21日(月) 消防署立ち合い避難訓練	
22日(火) 馬っこパーク(滝沢からポニーが来ます)	

ご協力 の お願い

◎門扉を出てからは、車どおりが多く、大変危険ですので、登降園の際には必ずお子様と手を繋いで下さい。

◎夕方暗くなるのが早くなってきましたので、車を降り降りする際には十分に気をつけましょう。車内では、チャイルドシートやジュニアシートを着用し、お子様の安全を守りましょう。

◎朝夕と肌寒い日も増えてきました。日中は汗をかいて遊ぶこともあるため、園でも子どもの体調や気候に合わせて調整していきたいと思っております。調整しやすい衣服の着用(羽織れる物)や、長袖のご用意をお願いいたします。また、記名の確認も併せてお願いいたします。

お誕生日おめでとう!

クラスだより

【ぞうぐみ】

先月は、バスに乗り市営プールに出掛けたり、実習生のお姉さんと楽しく過ごしました。いよいよ今月は保育園生活最後の運動会ですね。リレーやろう!ハルーンやろう!とやる気満々の子ども達。毎日楽しんで活動していましたよ。クラスみんなで力を合わせ思い出に残る運動会にしたいと思います。他にも楽しい行事も盛りだくさんです。体調には十分気を付けていきましょうね。

【くまぐみ】

先月は、畑に植えた大根が少しずつ大きくなり、毎日楽しんで水やりをしました。子どもたちも収穫する日を心待ちにしているようです!

5日(土)は、運動会です。本番に向けてお友だちと練習して来ました。保護者の方々の前でも元気に頑張りたいと思っております。

【らいおんぐみ】

もうすぐ運動会!かけっこ、ダンスなどの練習に毎日楽しみながら取り組んでいる子ども達です。当日も元気いっぱい楽しみたいですね。朝夕は涼しい日も多くなってきたので、体調に気を付けて無理なく過ごしていきたいと思っております。

【きりんぐみ】

新年度が始まって、あっという間にもう10月ですね。段々と涼しくなり戸外遊びがしやすい季節になりましたね!今月はいよいよ運動会があります。子ども達も、毎日運動会に向けて頑張ってきたので本番が楽しみです。体調に気を付けながら、今月も元気に過ごしたいと思っております。

【あひる】

先月は、実習生との関わりや運動会へ向けた取り組みを楽しむことが出来ました。運動会で踊るダンスのハッピージャムジャムはお気に入り、ノリノリで踊っているあひる組のみなです。運動会当日は、緊張してしまうお子さんもいると思いますが、親子で一緒に楽しく参加出来るといいですね。涼しくなって来ましたので、体調には十分気を付けていきたいですね。

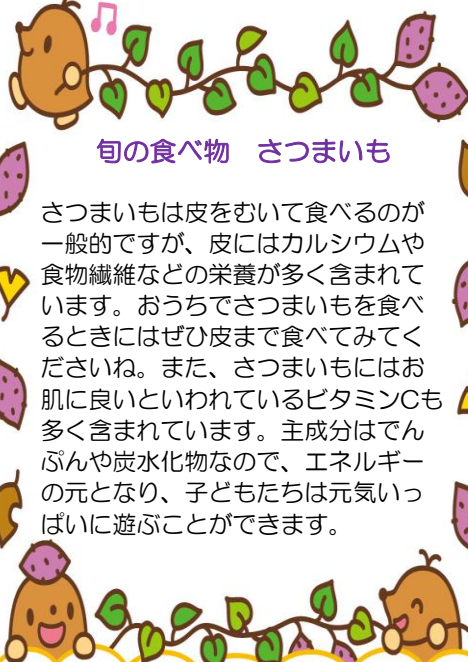
【こあら】

運動会に向けた活動では、きりん組やあひる組のお友だちと一緒に、音楽に合わせて身体を動かしたり、手を叩く可愛い姿も見られましたよ。当日は大きな会場にびっくりしてしまう子もいると思いますが、親子での楽しい時間に出来たらと思います。よろしくお願いいたします。今月も体調に気を付けて、元気に遊びたいと思っております。

曜日	月	火	水	木	金	土				
日付	1日		2日		3日		4日		5日	
未満児 おやつ			牛乳		野菜&フルーツ果汁		ヨーグルト		牛乳	
給食	ほうれん草のキッシュ マカロニカレーソテー きゅうりと竹輪の味噌マヨ 豚汁・果物		おからコロック 春雨の炒り煮 トマト スープ・果物		鯖の香味焼き 小松菜と厚揚げの煮浸し もやしのナムル 清まし汁・果物		すき焼きうどん 南瓜サラダ 小松菜のお浸し 果物 ご飯はいりません			
おやつ	ホットケーキ 牛乳		フレンチトースト 牛乳		豆腐団子のみたらしあん 牛乳		若布とコーンのおにぎり 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> 428Kcal 20.2g 17.0g 1.9g	<未満児> 486Kcal 20.5g 15.2g 1.5g	<以上児> 385Kcal 17.9g 14.1g 1.7g	<未満児> 425Kcal 14.9g 10.5g 1.2g	<以上児> 353Kcal 23.3g 12.7g 2.2g	<未満児> 418Kcal 20.1g 11.8g 1.5g	<以上児> 427Kcal 21.3g 7.9g 2.5g	<未満児> 360Kcal 19.2g 7.8g 1.9g
未満児 おやつ	牛乳		牛乳		ヨーグルト		牛乳		ヨーグルト	
給食	豚肉の甘辛炒め コールスローサラダ さつまいの甘煮 みそ汁・果物		ツナとトマトのオムレツ 青梗菜のさっと煮 もやしと若布の酢の物 みそ汁・果物		マーボー豆腐 粉吹き芋の甘辛和え キャベツとりんごのサラダ スープ・果物		鮭の洋風蒸し焼き ひじきと豚肉のソテー 法蓮草のおかか和え けんちん汁・果物		和風ツナスパゲティ 豆腐入りハンバーグ ブロッコリーのカレー和え スープ・果物 ご飯はいりません	
おやつ	マシュマロサンド ジョアプレーン		ソフール ウエハース		パリパリいりこせんべい 牛乳		ごまあんぱん 牛乳		大学ポテト 牛乳	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 423Kcal 21.8g 11.8g 1.8g	<未満児> 485Kcal 22.8g 10.3g 1.4g	<以上児> 319Kcal 17.4g 11.1g 1.8g	<未満児> 428Kcal 18.9g 11.0g 1.4g	<以上児> 411Kcal 20.3g 20.0g 2.2g	<未満児> 479Kcal 19.9g 16.1g 1.6g	<以上児> 418Kcal 27.4g 14.5g 1.9g	<未満児> 463Kcal 23.8g 14.5g 1.3g	<以上児> 494Kcal 21.9g 16.1g 2.6g	<未満児> 535Kcal 20.8g 13.5g 1.9g
未満児 おやつ	牛乳		牛乳		ヨーグルト		野菜&フルーツ果汁		野菜&フルーツ果汁	
給食			鶏手羽元のさっぱり煮 ポテトサラダ 若布のソテー みそ汁・果物		卵の中華炒め 南瓜の煮物 胡瓜の酢の物 みそ汁・果物		豆腐とツナの落とし揚げ 法蓮草と人参のナムル トマト みそ汁・果物		卵としめじのシチュー 水菜ともやしのお浸し バターロール 果物 ご飯はいりません	
おやつ	揚げパン 牛乳		揚げパン 牛乳		ケーキサレ 牛乳		じゃが芋のボンデケーキ 牛乳		おやつピピンパ 牛乳	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 411Kcal 20.7g 19.6g 2.2g	<未満児> 456Kcal 19.0g 17.9g 1.5g	<以上児> 409Kcal 20.3g 15.2g 1.8g	<未満児> 443Kcal 18.0g 10.9g 1.3g	<以上児> 396Kcal 17.5g 16.6g 2.0g	<未満児> 431Kcal 14.4g 11.7g 1.4g	<以上児> 622Kcal 25.3g 23.8g 2.2g	<未満児> 464Kcal 20.8g 18.4g 1.5g	<以上児> 370Kcal 15.5g 10.6g 1.5g	<未満児> 389Kcal 15.8g 10.2g 1.4g
未満児 おやつ	牛乳		ヨーグルト		牛乳		野菜&フルーツ果汁		牛乳	
給食	キッズヤムニョムチキン シルバーサラダ 小松菜のコーン和え みそ汁・果物		大豆入りバターチキンカレー ブロッコリーのおかか和え 人参とレーズンのサラダ スープ・果物		たららのピザ焼き 春雨の中華サラダ 揚げ茄子の味噌かけ 芋の子汁・果物		お好み焼き風卵焼き すき昆布の炒め煮 ツナごまきゅうり みそ汁・果物		野菜ラーメン 豆腐の肉みそグラタン 切干大根の酢の物 果物 ご飯はいりません	
おやつ	パンネのり塩 ジョアマスカット		しっとりりんごケーキ 牛乳		人参プリッツ 牛乳		シュガーごまトースト 牛乳		がんつき 牛乳	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 369Kcal 21.7g 12.1g 2.1g	<未満児> 441Kcal 21.8g 10.5g 1.6g	<以上児> 394Kcal 22.4g 15.7g 2.0g	<未満児> 432Kcal 19.5g 11.3g 1.5g	<以上児> 476Kcal 30.2g 18.0g 2.7g	<未満児> 488Kcal 25.7g 14.2g 2.0g	<以上児> 386Kcal 22.3g 17.9g 2.5g	<未満児> 423Kcal 17.7g 12.5g 1.7g	<以上児> 537Kcal 28.9g 17.3g 3.0g	<未満児> 441Kcal 24.5g 14.9g 2.2g
未満児 おやつ	野菜&フルーツ果汁		牛乳		野菜&フルーツ果汁		牛乳			
給食	竹輪の大葉はさみ揚げ 南瓜のチーズ焼き 磯香浸し 豚汁・果物		肉じゃが きゅうりの中華和え 焼き豆腐の甘みそかけ 清まし汁・果物		クリームスープパグティ 揚げ鶏のオーロラソース和え ブロッコリーのサラダ 果物 ご飯はいりません		南瓜のグラタン 赤ピーマンソテー 小松菜のごま和え スープ・果物			
おやつ	キーマカレー蒸しパン 牛乳		チーズスコーン 牛乳		トライフルケーキ りんご果汁		型抜きクッキー 牛乳			
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	<以上児> 428Kcal 22.9g 15.2g 2.1g	<未満児> 468Kcal 20.6g 14.8g 1.5g	<以上児> 429Kcal 23.5g 14.0g 2.2g	<未満児> 470Kcal 21.1g 14.0g 1.6g	<以上児> 574Kcal 20.8g 27.6g 2.1g	<未満児> 462Kcal 15.3g 19.4g 1.5g	<以上児> 463Kcal 21.2g 18.8g 1.9g	<未満児> 491Kcal 16.9g 15.7g 1.3g		

旬の食べ物 さつまいも

さつまいもは皮をむいて食べるのが一般的ですが、皮にはカルシウムや食物繊維などの栄養が多く含まれています。おうちでさつまいもを食べるときにはぜひ皮まで食べてみてくださいね。また、さつまいもにはお肌に良いといわれているビタミンCも多く含まれています。主成分はでんぷんや炭水化物なので、エネルギーの元となり、子どもたちは元気いっぱい遊ぶことができます。



10月の予定

☆9日はそう組はお絵描き列車になります。果物付きのお弁当の準備をお願いします。

☆15日は小佐野保育園・鶴住居保育園・中妻子供の家保育園の年長児で三園交流会（焼き芋会）を行います。そう組はおにぎりの準備をお願いします。

☆18日はらいおん組の保育参観日です。給食試食会もありますのでお楽しみに♪

そう・くま組はピクニックになりますので、果物付きのお弁当の準備をお願いします。

☆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。