

令和2年5月1日（金）発行 中妻子供の家保育園 23-5550
担当 澤田

過ごしやすい季節になりましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、気が抜けない日々をお過ごしのことと思います。例年であれば、楽しくゴールデンウィークを過ごしていたと思いますが、今年は、全国に非常事態宣言が発令中ですので、不要不急な外出は控え、各家庭で子ども達とゆっくり関わりながら、楽しく過ごしていきましょう。連休明けに元気いっぱいの子供達に会える事を楽しみにしています。

今月も引き続き、マスクの装着、手洗い・うがいの励行、密閉・密集・密接を避けて、新型コロナウイルス感染拡大防止に努めていきたいと思っておりますので、ご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

園長 八幡 雅子

☆5月の行事予定☆

- 14日（木） 体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 15日（金） 交通安全教室（りす・うさぎ・ぱんだ組）
10：00～10：40
- 22日（金） 体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 26日（火） 内科検診 小泉医院での午前診察終了後開始
- 27日（水） 誕生会

☆子育て支援センター行事☆

4月中旬より予約制で開所しましたが、親子サークル等の行事を行う予定はありません。

新しいお友だちの紹介



☆おしらせとおねがい☆



- ・ぱんだ組が描いたお母さんの絵が5月17日（日）までイオンに展示されています。是非、ご覧になって下さいね。
- ・6月に予定されていた、親子バス遠足は、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、延期となります。体操服の購入については、また後日お知らせします。
- ・令和元年度の保護者会からの寄付金で加湿器3台を購入させて頂きました。大切に活用させて頂きます。ありがとうございました。
- ・連休前にお布団と上靴を持ち帰ります。お布団は日光消毒をして、休み明けにシーツとタオルケットを布団に敷いてお持ち下さいね。上靴はきれいに洗いましょう。
- ・汗ばむ季節になりますので、衣替えをしたり、肌着は多めに準備して頂けると助かります。また、名前のない持ち物が目立ちます。お子さんが園で使う持ち物全てに記名をお願いします。

☆クラスだより☆



《ぱんだ組》 進級から1カ月が経ち、過ごしやすい季節となりました。今、クラスではグループ活動を通して友達と『協力すること』を大切に頑張っています。

自分のことだけではなく、友達を助けようと身の回りのことを手伝ってくれる姿も見られるようになってきました。友達思いのクラスです。

《うさぎ組》 進級して、また1つお兄さん、お姉さんになったうさぎ組。新しい環境にも慣れ始めてきたようです♪戸外で元気に遊んだり、給食をモリモリ食べたり、製作をしたり…、楽しい毎日を送っています！連休明けも楽しく過ごしていきたいと思っております！

《りす組》 新しいクラスになり、まだまだ慣れないりす組ですが、朝の準備を自分でやろうと頑張ったり、年上のお友達と一緒に元気に戸外遊びを楽しんでいます。今月は、思い切り体を動かして戸外遊びを楽しみ、保育者や友達と安心して過ごせるようにしたいと思います。

《ひよこ2組》 新年度が始まり、1カ月が経ちました。子ども達も新しい環境に慣れてきたようです。身の回りのことを自分でしてみようと頑張っていますよ！体調に気を付け、健康に過ごしていきたいですね。

《ひよこ1組》 ひよこ1組がスタートして、1カ月が経ちました。新入園児のお友達は、初めての集団生活に慣れるまで、大変かと思いますが、1日1日違った表情を見せてくれていますよ！進級児のお友達は、身の回りのことを自分でやってみようとする姿も見られ、言葉も多くなってきています。クラスが1つにまとまるまでは、少し時間がかかりますが、子ども達と一緒に1歩1歩進んでいきたいと思っております。

《ひよこ0組》 新年度が始まって1カ月が経ちました。寝返りやハイハイ、伝い歩きをしながら移動を楽しんだり、お外に出て、大きい組のお兄さん・お姉さんに可愛がってもらったりしています。今月2名の新しいお友達が仲間入りします。



各クラスでのお誕生会でした♪
また一つ大きくなったね☆

ぱんだ組の進級式の様子です♪
頼りにしていますよ。



ひよこ0組も上手に
こいのぼり製作ができました☆

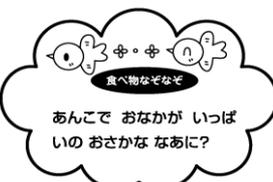
5月の献立表

ひよこ0組・ひよこ1組・ひよこ2組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土	
<p>5月5日は“端午の節句”</p> <p>5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを善へになぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、悪病災難の憂いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないのですね。</p>			<p>1日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>卵とじタンメン 黒豆サラダ 二色きんぴら トマト 果物 (バナナ)</p> <p>2日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>食パン ウィンナ入りポトフ煮 ミックスベジタブル入り炒り卵 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (バナナ)</p>			
<p>4日</p> <p>みどりの日</p> <p></p>			<p>5日</p> <p>こどもの日</p> <p></p>		<p>6日</p> <p>振替休日</p> <p></p>	
<p>7日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>麻婆豆腐 春雨とかまぼこのごま和え 青のりの粉吹辛 みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯</p> <p>8日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>法蓮草とベーコンのクリームス 燕の煮物 ブロッコリーのごま和え トマト 果物 (レッドグロブ)</p>			<p>9日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>ヨーグルト せんべい</p> <p>エネルギー 509Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 12.6g</p> <p>エネルギー 530Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 17.0g</p>			
<p>11日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>鮭のみそネーズ焼 ビーフソテー 水菜ともやしのお浸し 清汁 果物 (キウイ) 米飯</p>			<p>12日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>ポークビーンズ 春雨サラダ 小松菜のりしょう油和え みそ汁 果物 (苺) 米飯</p>		<p>13日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>鶏肉の唐揚げ せん切サラダ カラフルピーマン味噌炒め みそ汁 果物 (レッドグロブ) 米飯</p>	
<p>14日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>麻婆豆腐 春雨とかまぼこのごま和え 青のりの粉吹辛 みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯</p> <p>15日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>法蓮草とベーコンのクリームス 燕の煮物 ブロッコリーのごま和え トマト 果物 (レッドグロブ)</p>			<p>16日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>ロールパン じゃがり野菜スープ 茹卵ケチャップソースがけ 胡瓜もみ トマト 果物 (バナナ)</p> <p>エネルギー 576Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 16.4g</p> <p>エネルギー 600Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 20.8g</p> <p>エネルギー 471Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 12.9g</p>			
<p>18日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>豚肉の生姜焼 キャベツとアスパラの和え物 高野豆腐のおかか煮 みそ汁 果物 (苺) 米飯</p>			<p>19日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>五目厚焼卵 大根のレモン酢サラダ ブロッコリーごま和え みそ汁 果物 (デコボン) 米飯</p>		<p>20日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>揚げ魚の三色あんかけ 小松菜の胡麻ドレッシング和え 茄子のみそ炒め 卵スープ 果物 (レッドグロブ) 米飯</p>	
<p>21日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>豆腐と鶏挽のつくね煮 スパゲティサラダカレー味 小松菜のおかか和え みそ汁 果物 (バナナ) 米飯</p>			<p>22日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>肉みそそば ふきとツナのカレー炒め トマト 三色スープ 果物 (オレンジ)</p>		<p>23日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>黒糖ロールパン ふわふわ野菜スープ 竹輪の甘辛炒り トマト ブロッコリーマヨドレ 果物 (バナナ)</p> <p>エネルギー 471Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 12.9g</p> <p>エネルギー 583Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 25.6g</p>	
<p>25日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>竹輪フライマヨネーズかけ アスパラと春雨の中華和え ブロッコリーカレー味 みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯</p>			<p>26日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>厚揚げ豆腐の中華煮 胡瓜と切干大根の酢の物 ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物 (バナナ) 米飯</p>		<p>27日 誕生会</p> <p>手作りカレー 春雨ひじき和え キャベツの二色和え トマト コーンスープ 果物 (レッドグロブ) 米飯</p>	
<p>28日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>うずらと高野豆腐の煮物 八宝菜 法蓮草ともやしのナムル みそ汁 果物 (デコボン) 米飯</p>			<p>29日</p> <p>ヨーグルト</p> <p>和風ツナスパゲティ 南瓜のサラダ カリフラワーのカレー風味 トマト 果物 (苺)</p>		<p>30日</p> <p>幼児牛乳</p> <p>肉チャンポンうどん 胡瓜とトマトの和え物 チーズボール 茹卵 果物 (バナナ)</p> <p>エネルギー 546Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 13.8g</p> <p>エネルギー 560Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 17.6g</p> <p>エネルギー 636Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 19.6g</p> <p>エネルギー 426Kcal たんぱく質 20.3g 脂質 14.3g</p> <p>エネルギー 435Kcal たんぱく質 16.7g 脂質 15.5g</p> <p>エネルギー 548Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 19.3g</p>	

☆お知らせ☆

- ・27日は誕生会です。保育園ではルーから手作りです。お楽しみに♪
- ・メニューは変更になる場合があります。



●子どもの食生活 Q&A●

Q. 野菜をたくさん食べさせたい

A. 【野菜の量】生の野菜は“かさ”が多くて、量そのものがあまり食べられません。煮物、あえ物、汁物など、煮たりゆでたりして火を通すと、“かさ”が減ります。

【野菜の種類】種類をたくさん食べさせたい場合は、和食・洋食よりも、中華料理がお勧め。中華に入っている野菜は、実はバリエーションが豊富なのです。

食事の前に手洗いの習慣を

食事の前の手洗いは、手をきれいにしてから食べるという準備であり、子どもが「これからごはんを食べる」ということを覚えていく合図でもあります。園では保育者が声掛けをしながら行っていますが、お家でも習慣にできるといいですね。



5月の献立表

りす組・うさぎ組・ぱんだ組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金 1日	土 2日			
<p>5月5日は“端午の節句”</p> <p>5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを毒ヘビになぞらえて、それを食べることで免疫力が付き、悪病災難の憂いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちは、今も昔も変わらないのですね。</p>				<p>ご飯はいりません</p> <p>卵とじタンメン 黒豆サラダ 二色きんぴら トマト 果物（バナナ）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>食パン ウィンナー入りポトフ煮 ミックスベジタブル入り炒り卵 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ）</p>			
<p>おしどり牛乳 ジャムサンド</p>				<p>ヨーグルト お菓子</p>	<p>エネルギー 496Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 12.6g</p>	<p>エネルギー 572Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 15.8g</p>		
4日	5日	6日	7日	8日	9日			
<p>みどりの日</p>	<p>こどもの日</p>	<p>振替休日</p>	<p>麻婆豆腐 春雨とかまぼこのごま和え 青のりの粉吹羊 みそ汁 果物（オレンジ） 米飯</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>法蓮華とベーコンのクリームス 無の煮物 ブロッコリーのごま和え トマト 果物（レットグロブ）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>ロールパン じゃがり野菜スープ 茹卵ケチャップソースがけ 胡瓜もみ トマト 果物（バナナ）</p>			
<p>ジョア（ブレーン） ラスク</p>				<p>おしどり牛乳 スティッククリームパン</p>	<p>ヨーグルト お菓子</p>			
<p>エネルギー 397Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 15.4g</p>				<p>エネルギー 714Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 24.0g</p>	<p>エネルギー 550Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 12.3g</p>			
11日	12日	13日	14日	15日	16日			
<p>鮭のみそネーズ焼 ビーフソテー 水菜ともやしのお浸し 清汁 果物（キウイ） 米飯</p>	<p>ポークビーンズ 春雨サラダ 小松菜のりしよ油和え みそ汁 果物（苺）</p>	<p>鶏肉の唐揚げ せん切サラダ カラフルピーマン味噌炒め みそ汁 果物（レットグロブ）</p>	<p>野菜のキッシュ ひじきの煮物 もやしのごま酢和え みそ汁 果物（デコボン）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>味噌ラーメン ツナポテトサラダ たけのこのおかか煮 トマト 果物（キウイ）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>十勝ステックパン 洋風豚汁 茹大豆サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ）</p>			
<p>ジョア（ブレーン） ツナマヨトースト</p>				<p>幼児牛乳 キャラメルサンド</p>	<p>プリン お菓子</p>			
<p>エネルギー 481Kcal たんぱく質 27.2g 脂質 19.8g</p>				<p>エネルギー 393Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 16.2g</p>	<p>エネルギー 536Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 28.2g</p>	<p>エネルギー 413Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 21.8g</p>	<p>エネルギー 561Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 11.3g</p>	<p>エネルギー 666Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 26.2g</p>
18日	19日	20日	21日	22日	23日			
<p>豚肉の生姜焼 キャベツとアスパラの和え物 高野豆腐のおかか煮 みそ汁 果物（苺）</p>	<p>五目厚焼卵 大根のレモン酢サラダ ブロッコリーごま和え みそ汁 果物（デコボン） 米飯</p>	<p>揚げ魚の三色あんかけ 小松菜の胡麻ドレッシング和え 茄子のみそ炒め 卵スープ 果物（レットグロブ） 米飯</p>	<p>豆腐と鶏挽のつくね煮 スパゲティサラダカレー味 小松菜のおかか和え みそ汁 果物（バナナ）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>肉みそそば ふきとツナのカレー炒め トマト 三色スープ 果物（オレンジ）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>黒糖ロールパン ふわふわ野菜スープ 竹輪の甘辛炒り トマト ブロッコリーマヨドレ 果物（バナナ）</p>			
<p>ジョア（ブレーン） 和風バリバリピザ</p>				<p>おしどり牛乳 シリアルクリームかけ</p>	<p>ヨーグルト お菓子</p>			
<p>エネルギー 385Kcal たんぱく質 24.8g 脂質 13.1g</p>				<p>エネルギー 422Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 22.7g</p>	<p>エネルギー 499Kcal たんぱく質 24.0g 脂質 24.2g</p>	<p>エネルギー 460Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 18.0g</p>	<p>エネルギー 674Kcal たんぱく質 24.7g 脂質 27.1g</p>	<p>エネルギー 574Kcal たんぱく質 19.8g 脂質 15.5g</p>
25日	26日	27日	28日	29日	30日			
<p>竹輪フライマヨネーズかけ アスパラと春雨の中華和え ブロッコリーカレー味 みそ汁 果物（オレンジ）</p>	<p>厚揚げ豆腐の中華煮 胡瓜と切干大根の酢の物 ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物（バナナ） 米飯</p>	<p>手作りカレー 春雨ひじき和え キャベツの二色和え トマト コーンスープ 果物（レットグロブ）</p>	<p>うずらと高野豆腐の煮物 八宝菜 法蓮華ともやしのナムル みそ汁 果物（デコボン） 米飯</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>和風ツナスパゲティ 南瓜のサラダ カリフラワーのカレー風味 トマト 果物（苺）</p>	<p>ご飯はいりません</p> <p>肉チャンポンうどん 胡瓜とトマトの和え物 チーズボール 茹卵 果物（バナナ）</p>			
<p>ジョア（ブレーン） 枝豆 五穀ビスケット</p>				<p>おしどり牛乳 焼うどん</p>	<p>ヨーグルト お菓子</p>			
<p>エネルギー 418Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 16.6g</p>				<p>エネルギー 502Kcal たんぱく質 22.4g 脂質 20.0g</p>	<p>エネルギー 570Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 21.3g</p>	<p>エネルギー 337Kcal たんぱく質 19.1g 脂質 14.7g</p>	<p>エネルギー 436Kcal たんぱく質 16.1g 脂質 15.6g</p>	<p>エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 14.5g</p>

☆お知らせ☆

- ・27日はお誕生会です。手作りカレーなので、お楽しみに。
- ・メニューは変更になる場合があります。



●子どもの「食」Q&A●

Q. 野菜をたくさん食べさせたい

A. 【野菜の量】生の野菜は“かさ”が多くて、量そのものがあまり食べられません。煮物、あえ物、汁物など、煮たりゆでたりして火を通すと、“かさ”が減ります。

【野菜の種類】種類をたくさん食べさせたい場合は、和食・洋食よりも、中華料理がお勧め。中華に入っている野菜は、実はバリエーションが豊富なのです。

食事の前に手洗いの習慣を

食事の前の手洗いは、手をきれいにしてから食べるという準備であり、子どもが「これからごはんを食べる」ということを覚えていく合図でもあります。園では保育者が声掛けをしながら行っていますが、お家でも習慣にできるといいですね。

