



令和3年3月2日（火）発行 中妻子供の家保育園 23-5550 担当 佐

早いもので、今年度も終わりの時期となりました。お子さんの成長を喜び合いながら、ぱんだ組は、小学校入学へ向けて、また、うさぎ組、りす組、ひよこ組は、進級に向けて、1日1日を大切に過ごしていきたいと思います。

今年度は、コロナ禍の中、日常の生活の中でのコロナ対策や行事に対して、ご理解ご協力を頂き、ありがとうございました。来年度も、引き続き、新型コロナウイルス感染症の状況に応じた対応に取り組んでいきたいと思います。

1年間、何かと至らない点があり、申し訳ございませんでした。

今後とも、保育園の行事、運営について、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

お知らせ

報告となりますが、先月末で、長年勤務しておりました、平野 公 臨時調理師が退職となりました。また、先月より、吉田 久美子 臨時看護師が勤務しております。

今後とも、よろしくお願い致します。

☆3月の行事予定☆

- 1日（金）安全点検
- 3日（水）ひな祭り誕生会
- 5日（金）卒園式総練習
- 8日（月）読み聞かせの会
- 13日（土）卒園式（9:30～）
- 18日（木）体育教室（3.4.5歳児）
- 23日（火）避難訓練
- 24日（水）お別れ会
- 25日（木）体育教室（3.4.5歳児）
- 26日（金）修了式

30日（火）・31日（水）お弁当の日

・年度末大掃除・各クラス引越し・新年度準備

※インフルエンザや新型コロナウイルスの感染防止対策として、行事の中止や内容変更等があると思いますが、ご理解・ご協力をお願い致します。

※ 令和3年度 入園式は、新型コロナウイルス感染防止対策のため、新入園児とその保護者と職員のみで行う予定です。

～子育て支援センター行事～

- 2日（火）みんなのひろば「ひな祭り会」
- 17日（水）びよんびよんサークル
～2歳児親子サークル～
「お楽しみ会」

園長 八幡 雅子

卒園式

日時：3月13日（土）
9:00 登園 9:30 開式

新型コロナウイルス感染防止対策のため、今年度の卒園式は、卒園児とその保護者と職員で行います。
0～4歳児は、お休みとなります。

お願い

- ・3月の延長保育は、29日（月）までとなります。**30日（火）・31日（水）は、18:00までの保育**となりますので、ご協力をお願いします。
- ・新年度準備、各クラスの引越しのため、年度末には、持ち物の持ち帰りをお願いします。お子さんの身体と衣服のサイズが合っている事、また、全ての持ち物に名前の記入がされてあるか確認をお願いします。
- ・**30日（火）、31日（水）は、「お弁当の日」**となります。給食が出ませんので、登園の際には、お弁当をお持ち下さい。

3月生まれのおともだち

HAPPY BIRTHDAY

女の子が生まれました！

12月より産休に入っていました澤田 瞳保育士に、女の子が誕生しました。今後とも、よろしくお願い致します。

CGC絵画コンクールで、賞を頂きました♡おめでとう！

チャレンジクッキング「ケーキポップ♡」

チョコをたっぷりつけて

☆釜石中学校から釜石警察署までの市道の交通規制が、

「30km速度規制区間」

となり、**標識が変更**となりました。小中学生の通学路になっていますので、時間にゆとりを持ち、交通规则をしっかりと守りましょう。

なお、**一時停止線では、必ず停止**し、左右の安全を確認しましょう。**チャイルドシートやジュニアシートの着用の徹底**もお願いします。交通事故から、子ども達を守りましょう！

【各クラスより】

《ぱんだ組》 いよいよ園生活も残りあとわずか。子ども達も少しずつ卒園という言葉の理解が出来、「卒園したくない。寂しい。」という声が聞こえてくるようになってきました。そういう寂しさもありますが、この1年で大きく成長した子ども達の姿が嬉しく頼もしさを感じるこの頃です。園生活最後の集大成「卒園式」があります。様々な思いが込み上げてきます。1日1日を大切に子ども達と過ごしていきたいと思います。

《うさぎ組》 うさぎ組も残り1ヶ月となりました。今月は、ひな祭り会、お別れ会があります。ぱんだ組と一緒に最後の行事を楽しんでほしいと思います。体調には十分注意し、進級に向けて期待を持ちながら、楽しく過ごしていきたいと思います。

《りす組》 りす組も残り1ヶ月となりました。ひよこ組から進級し、まだまだ幼かった子ども達も、すっかりお兄さん、お姉さんになりました。紙パンツも取れ、身の回りの事は、何でも自分でできるようになりました。3月は、うさぎ組進級への期待と自信を持ち、楽しく、健康に気を付けて元気に過ごしていきたいと思います。1年間、たくさんのご協力ありがとうございました。

《ひよこ2組》 子ども達は、「もうすぐりす組さん」と、とてもわくわくした様子です。着替えや箸の持ち方、トイレトレーニングなども、より意欲的に頑張っていますよ！期待を持って、りす組に進級したいですね。今年1年間、大変お世話になりました。ありがとうございました！

《ひよこ1組》 いよいよ今年度もあとわずかとなりました。この1年間で、大きく成長した子ども達の姿を見て嬉しく思います。ひよこ2組に進級しても、元気一杯色々な事にチャレンジし、大きくなって行って欲しいと思います。至らない点多々あったと思いますが、1年間ありがとうございました。

《ひよこ0組》 5名からスタートしたひよこ0組は、あっという間に12名になりました。寝返りやハイハイ、歩行等、一つひとつ出来るようになった時には、とても嬉しかったですね。歌に合わせて体を動かす姿もかわいらしいです。一人ひとりの笑顔と成長が、私たちの励みとなりました。1年間、至らない点多々あったと思いますが、ご理解とご協力をありがとうございました。

おみせやさんごっこ

「いらっしゃいませ！
おいしい食べものがいっぱい！」

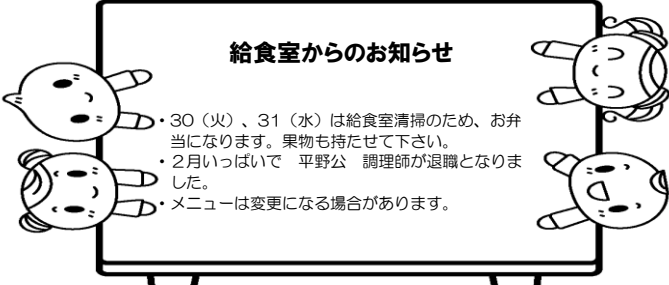




3月の献立表



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
1日	2日	3日 誕生会	4日	5日	6日
牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	ヨーグルト	牛乳
きすのカレー衣揚げ すき昆布の煮物 ブロッコリー甘みそかけ みそ汁 果物（デコボン） 米飯	肉じゃが コールスロー 若布としらすのソテー みそ汁 果物（りんご） 米飯	ちらし寿司 五目きんぴら さつま芋のいとこ煮 花魁と京菜の清汁 果物（梅） 	卵のキッシュ風 キャベツとアスパラカレー味 カリフラワー青のり和え みそ汁 果物（バナナ） 米飯	麻婆茄子ラーメン 切干大根のカレーソテー ブロッコリー赤黄和え 果物（みかん）	ハヤシライス 中華きゅうり トマト 茹卵 果物
ジョア ラスク	麦茶 黒糖蒸しパン	牛乳 白玉フルーツ	麦茶 お好み焼	牛乳 練乳サンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 477Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 14.6g	エネルギー 495Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 10.4g	エネルギー 509Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 14.7g	エネルギー 523Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 16.5g	エネルギー 473Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 11.8g	エネルギー 584Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 17.5g
8日	9日	10日	11日	12日	13日
牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	ヨーグルト	卒園式 
五目納豆 マカロニサラダ 連根のきんぴら みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	鶏肉ケチャップカレー炒め パンサンスー ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物（りんご） 米飯	竹輪の磯辺揚げ 八宝菜 白菜としらす和え みそ汁 果物（デコボン） 米飯	ココット風目玉焼 春雨ひじき和え ブロッコリーとさつま芋の和え みそ汁 果物（バナナ） 米飯	きつねうどん プロテインサラダ トマト 果物（みかん）	
ジョア 大学ポテト	麦茶 こま団子	麦茶 焼きそば	元気ヨーグルト ばりんこ	牛乳 チョコサンド	
エネルギー 609Kcal たんぱく質 21.1g 脂質 20.5g	エネルギー 523Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 12.8g	エネルギー 445Kcal たんぱく質 18.2g 脂質 13.0g	エネルギー 521Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 13.3g	エネルギー 537Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 20.5g	
15日	16日	17日	18日	19日	20日
牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	ヨーグルト	春分の日 
いり卵の中華風あんかけ 法蓮草の三色ナムル 長芋のおかか煮 みそ汁 果物（デコボン） 米飯	鮭の洋風焼 さつま芋とアスパラのごま和え 小松菜ののりしょう油和え 野菜スープ 果物（梅） 米飯	豆腐入りナゲット風 りんごサラダ 水菜ともやしのお浸し みそ汁 果物（みかん） 米飯	カレー麻婆豆腐 韓国風チャブチェ にらともやしのナムル みそ汁 果物（りんご） 米飯	チャンポンうどん 切干大根の洋風炒め煮 トマト 果物（バナナ）	
ブルーベリーヨーグルトミルク ごまラスク	グレープゼリー ハッピーターン チーズボール	麦茶 スイートポテト	麦茶 シリアルカスタードがけ	牛乳 ホットケーキパン	
エネルギー 558Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 21.5g	エネルギー 535Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 13.5g	エネルギー 492Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 17.3g	エネルギー 511Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 17.3g	エネルギー 603Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 22.7g	
22日	23日	24日 お別れ会	25日	26日 修了式	27日
牛乳	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳
竹輪フライマヨネーズかけ 春雨サラダ 粉吹芽甘辛和え かき玉汁 果物（オレンジ） 米飯	うずらの卵とがんもの含煮 チンゲン菜のさっと煮 カリフラワーのオーロラ和え みそ汁 果物（りんご） 米飯	お赤飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーカレー味 ウィンナーソテー フライドポテト スパゲティナポリタン ミニトマト 	根菜カレー 中華サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ） 米飯	和風スパゲティ 南瓜のサラダ たけのこのきんぴら 果物（デコボン） 	おにぎり 洋風豚汁 ブロッコリーマヨドレ ベビーチーズ ミニトマト 果物
ジョア 一口バリバリピザ	麦茶 にんじんクッキー	桃色ゼリー 星たべよ	麦茶 芋入りお焼きパンケーキ風	牛乳 イチゴ生サンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 555Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 16.9g	エネルギー 544Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 18.9g	エネルギー 961Kcal たんぱく質 26.6g 脂質 40.1g	エネルギー 565Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 13.0g	エネルギー 531Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 22.6g	エネルギー 551Kcal たんぱく質 19.7g 脂質 20.5g
29日	30日	31日	給食室からのお知らせ  ・30（火）、31（水）は給食室清掃のため、お弁当になります。果物も持たせて下さい。 ・2月いっぱいまで 平野公 調理師が退職となりました。 ・メニューは変更になる場合があります。		
牛乳	牛乳	ヨーグルト			
豚のすき焼き風 小松菜ともやしのサラダ ふろふき大根 果物（梅） にら卵とじ汁 米飯	お弁当 				
ジョア ツナマヨトースト	飲み物 お菓子	飲み物 お菓子			
エネルギー 500Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 16.9g	エネルギー 248Kcal たんぱく質 5.1g 脂質 10.5g	エネルギー 212Kcal たんぱく質 6.0g 脂質 4.2g			



チーズじゃがいもパン

【材料】（12ケ分）

・じゃがいも...200g（2ケ）

- A
- ・小麦粉...30g
 - ・片栗粉...10g
 - ・塩...1g
 - ・水...10g（大さじ2/3）
 - ・オリーブ油...10g（大さじ5/6）
 - ・ピザ用チーズ...30g

【作り方】

- ①じゃが芋の皮をむいて、3cmほどの大きさに切り、軟らかくなるまで茹で、潰す。
- ②ピザ用チーズを加えて手でよく混ぜ、Aも入れよく混ぜ、水、オリーブ油を加えてさらによく混ぜる。
- ③12等分に付けて団子のように手で丸める。
- ④クッキングシートを敷いた天板に並べて、180℃のオーブンに入れ、20分焼き、出来上がり。

給食室からのお知らせ

- ・30（火）、31（水）は給食室清掃のため、お弁当になります。果物も持たせて下さい。
- ・2月いっぱいまで 平野公 調理師が退職となりました。
- ・メニューは変更になる場合があります。

ごはん食とパン食

ごはん食
吸収に時間がかかるため、はらもちが
良いごはん食。エネルギーの持久性もあ
ります。みそ汁やのりをいっしょに食べると、不足しがちなミネラルも摂取可能です。

パン食
消化が早いパン食は、即効性のあるエ
ネルギー源。手軽に用意できるのも嬉しい
ところ。サラダをいっしょに食べると、ビタミンもとれます。海藻サラダにすると、ミネラルも豊富にとれますよ。





3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	土
1日	2日	3日 誕生会	4日	5日	6日
		ご飯はいりません		ご飯はいりません	ご飯を持て来て下さい
きずのカレー衣揚げ すき昆布の煮物 ブロッコリー甘みそかけ みそ汁 果物（デコボン）	肉じゃが コールスロー 若布としらすのソテー みそ汁 果物（りんご）	ちらし寿司 五目きんぴら さつま芋のいとこ煮 花魁と京菜の清汁 果物（苺） 	卵のキッシュ風 キャベツとアスパラカレー味 カリフラワー青のり和え みそ汁 果物（バナナ）	麻婆茄子ラーメン 切干大根のカレーソテー ブロッコリー赤黄和え 果物（みかん）	ハヤシライス 中華きゅうり トマト 茹卵 果物
ジョア ラスク	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 白玉フルーツ	牛乳 お好み焼	牛乳 練乳サンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 391Kcal たんぱく質 23.3g 脂質 14.9g	エネルギー 442Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 13.8g	エネルギー 533Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 11.6g	エネルギー 483Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 19.4g	エネルギー 559Kcal たんぱく質 22.6g 脂質 13.8g	エネルギー 446Kcal たんぱく質 15.7g 脂質 14.5g
8日	9日	10日	11日	12日	13日
				ご飯はいりません	卒園式
五目納豆 マカロニサラダ 連根のきんぴら みそ汁 果物（オレンジ）	鶏肉ケチャップカレー炒め パンサンデー ブロッコリーみそマヨ和え みそ汁 果物（りんご）	竹輪の磯辺揚げ 八宝菜 白菜としらす和え みそ汁 果物（デコボン）	ココット風目玉焼 春雨ひじき和え ブロッコリーとさつま芋の和え みそ汁 果物（バナナ） 米飯	きつねうどん プロテインサラダ トマト 果物（みかん）	
ジョア 大学ポテト	牛乳 ごま団子	牛乳 焼きそば	元気ヨーグルト ばりんこ	牛乳 チョコサンド	
エネルギー 537Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 21.3g	エネルギー 406Kcal たんぱく質 22.1g 脂質 14.8g	エネルギー 396Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 15.6g	エネルギー 418Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 13.6g	エネルギー 607Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 24.7g	
15日	16日	17日	18日	19日	20日
				ご飯はいりません	春分の日
いり卵の中華風あんかけ 法蓮草の三色ナムル 長芋のおかか煮 みそ汁 果物（デコボン）	鮭の洋風焼 さつま芋とアスパラのごま和え 小松菜のりしょう油和え 野菜スープ 果物（苺）	豆腐入りナゲット風 りんごサラダ 水菜とまやしのお浸し みそ汁 果物（みかん）	カレー麻婆豆腐 韓国風チャプチェ にらとまよしのナムル みそ汁 果物（りんご）	チャンポンうどん 切干大根の洋風炒め煮 トマト 果物（バナナ）	
ブルーベリーヨーグルトミルク ごまラスク	グレープゼリー ハッピーターン チーズボール	牛乳 スイートポテト	牛乳 シリアルカスタードがけ	牛乳 ホットケーキパン	
エネルギー 472Kcal たんぱく質 19.4g 脂質 23.3g	エネルギー 402Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 16.1g	エネルギー 486Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 22.3g	エネルギー 475Kcal たんぱく質 21.3g 脂質 21.0g	エネルギー 580Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 22.7g	
22日	23日	24日 お別れ会	25日	26日 修了式	27日
		ご飯はいりません		ご飯はいりません	ご飯はいりません
竹輪フライマヨネーズかけ 春雨サラダ 粉吹芽甘辛和え かき玉汁 果物（オレンジ）	うずらの卵とがんもの含煮 チンゲン菜のさっと煮 カリフラワーのオーロラ和え みそ汁 果物（りんご）	お赤飯 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーカレー味 ミニトマト フライドポテト スパゲティナポリタン ウィンナーソテー	根菜カレー 中華サラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ）	和風スパゲティ 南瓜のサラダ たけのこのきんぴら 果物（デコボン） 	のりたまおにぎり 洋風豚汁 ブロッコリーマヨドレ ベビーチーズ ミニトマト 果物
ジョア ーロバリバリピザ	牛乳 にんじんクッキー	桃色ゼリー 星たべよ 	牛乳 芋入り焼きパンケーキ風	牛乳 イチゴ生サンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 471Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 17.4g	エネルギー 513Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 27.6g	エネルギー 1126Kcal たんぱく質 31.9g 脂質 49.8g	エネルギー 541Kcal たんぱく質 17.5g 脂質 19.1g	エネルギー 581Kcal たんぱく質 18.0g 脂質 23.3g	エネルギー 437Kcal たんぱく質 16.6g 脂質 17.8g
29日	30日	31日	給食室からのお知らせ - 毎週金曜日に加えて、3日（水）と24（水）は完全給食なので、ご飯はいりません。 6日（土）を利用する場合は、ご飯を持たせて下さい。 30（火）、31（水）は給食室清掃のため、お弁当になります。果物も持たせて下さい。 2月いっぱいまで 平野公 調理師が退職となりました。 - メニューは変更になる場合があります。		
豚のすき焼き風 小松菜とまよしのサラダ ふろふき大根 果物（苺） にら卵とじ汁	お弁当 	お弁当 			
ジョア ツナマヨトースト	飲み物 お菓子	飲み物 お菓子			
エネルギー 417Kcal たんぱく質 21.9g 脂質 19.4g	エネルギー 181Kcal たんぱく質 1.8g 脂質 6.7g	エネルギー 127Kcal たんぱく質 2.1g 脂質 2.9g			

チーズじゃがいもパン

【材料】（12ケ分）

・じゃがいも...200g（2ケ）

- ・小麦粉...30g
 ・片栗粉...10g
 ・塩...1g
 ・水...10g（大さじ2/3）
 ・オリーブ油...10g（大さじ5/6）
 ・ビザ用チーズ...30g

【作り方】

- ①じゃがいもの皮をむいて、3cmほどの大きさに切り、軟らかくなるまで茹で、潰す。
- ②ビザ用チーズを加えて手でよく混ぜ、Aも入れよく混ぜ、水、オリーブ油を加えてさらによく混ぜる。
- ③12等分に分けて団子のように手で丸める。
- ④クッキングシートを敷いた天板に並べて、180℃のオーブンに入れ、20分焼き、出来上がり。

ごはん食とパン食

吸収に時間がかかるため、はらもちが
良いごはん食。エネルギーの持久性もあ
ります。みそ汁やのりをいっしょに食べ
ると、不足しがちなミネラルも摂取可能です。

消化が早いパン食は、即効性のあるエ
ネルギー源。手軽に用意できるのも嬉し
いところ。サラダをいっしょに食べる
とビタミンもとれます。海藻サラダにす
と、ミネラルも豊富にとれますよ。

