



園だより

R1・10・1 鶺住居保育園 担当 菊池 聡美

令和、最初の運動会は、天気にも恵まれ、保育園の園庭で開催することが出来、子ども達も職員もたいへん喜んで、本番を迎えました。毎日の練習の成果が見事、当日の子ども達の元気いっぱいの笑顔と、どの種目・競技にも真剣に取り組む姿、そして最後まで諦めずに一生懸命頑張る姿に大き感動をもらいました。子ども達に大きな拍手を送りたいと思います。またひとつ、素敵な思い出が増えましたね。保護者の皆様も子ども達に大きな声援と温かい拍手を頂き、ありがとうございました。来賓の方々、地域の方々も感激しておりました。楽しい運動会を無事終えることが出来、皆さまのご協力に感謝いたします。朝夕、涼しくなり体調管理が難しい季節になります。これからも元気に過ごせるように気を付けましょう。

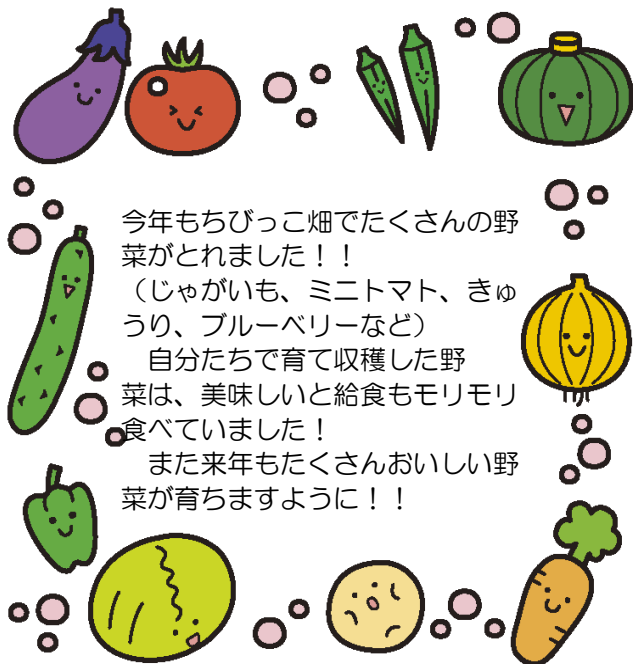
園長 勝又和子

～園行事～



2日(水)	サッカー教室 (4, 5歳児)	25日(金)	2歳児参観日
4日(金)	お絵描き列車	29日(火)	誕生会
7日(月)	二本松はじめさんコンサート		(りんご狩り予備日)
8日(火)	あおぞら敬老会訪問 (5歳児)		
9日(水)	体育教室		
11日(金)	思い出遠足 (5歳児)	10日(木)	すまいるひろば
18日(金)	3歳児参観日	15日(火)	とびっこ
23日(水)	体育教室	17日(木)	子育てひろば
24日(木)	りんご狩り(4, 5歳児)	24日(木)	めだかりんご狩り

～センター行事～



今年もちびっこ畑でたくさんの野菜がとれました！！
(じゃがいも、ミニトマト、きゅうり、ブルーベリーなど)
自分たちで育て収穫した野菜は、美味しいと給食ももりもり食べていました！
また来年もたくさんおいしい野菜が育ちますように！！



☆日が暮れるのが早くなりました。登降園の安全には十分ご注意下さい。駐車場は、お子さんから目を離さず必ず手をつなぐようにしましょう。

☆暑さもようやく落ち着き、半そでから長そでに衣替えする季節がやってきました。着替え用の服の準備をお願いします。サイズや、名前の確認をお願いします。薄着を心がけながら体調には十分気を付けていきましょうね。

10月生まれのお友だち

おたんじょうび おめでとう！！

クラスだより

☆たんぼぼ組

新しい2名のお友達を迎えてにぎやかになったたんぼぼぐみです。前半は、体調を崩したお友達もいましたが、園庭で遊んだり、お散歩したり、お外にたくさん出ることが出来ました。たくさん食べて、たくさん飲んで10月も元気に過ごしたいと思います。

☆すみれ組

先日の運動会へのご参加ありがとうございました。いつもとは違う雰囲気緊張したり、いろいろな様子が見られましたが、それもこの時期ならではの姿♪ これからの成長も楽しみに見守っていききたいですね！今月は、天気の良い日は、たくさん外にでかけ、秋の自然に触れて楽しみたいと思います。朝晩の冷え込みで体調を崩しやすくなるので、体調には十分気をつけて過ごしていきたいです。

☆こすもす組

先日行われた運動会。緊張している姿も見られましたが、競技が始まると楽しんで取り組む姿が見られてよかったです。たくさんのご声援、ご協力ありがとうございました。今月は、保育参観があります。親子で楽しい時間を過ごしていきたいと思いますのでよろしくお願い致します。

☆すずらん組

運動会の練習では、なかなかクラス全員がそろわなかったことも多かったのですが、本番を頑張って無事に終わることができました。緊張したお子さんもしればニコニコ笑顔で頑張ったお子さんもいて、とても可愛らしかったですね！10月には保育参観があります。私自身も緊張してしまうと思いますが、楽しんでいただけるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

☆ひまわり組

運動会では、たくさんのお声援とご協力ありがとうございました。のびのびと自信をもって頑張る姿はまた一つ成長した子ども達を強く感じる事が出来ました。大きな拍手を送りたいと思います。今月は、戸外で秋を感じながら、友達との関りを深めながら楽しく過ごしていきたいです。

☆さくら組

園生活最後の運動会も無事に終わることが出来ました。組体操や、ソーラン、リレーなど友達と協力して最後まで頑張ったことは、子ども達も自信につながった事と思います。また、クラスの団結が深まり、今後の活動も楽しみです！お家の方々のたくさんのお声援、ご協力ありがとうございました。今月は、思い出遠足もあります。親子でいっぱい楽しみましょうね！



予定献立表



2019年度

462/430

473/460

鶴住居保育園

日曜	3歳以上児	以上児栄養量	3歳未満児	未満児栄養量	おやつ
1 火	スパニッシュオムレツ ・ ブロッコリーのオーロラサラダ れんこんのきんぴら・みずず豆腐と山東菜の味噌汁 ・ 果物	382 Kcal	左同 ・ ごはん	429 Kcal	マカロニのあべ川スキムミルク
2 水	魚のムニエル ・ カラーピーマンの塩昆布和え シルバーサラダ ・ 豆腐と若布と葱の味噌汁 ・ 果物	433 Kcal	左同 ・ ごはん	452 Kcal	じゃが芋のお焼き牛乳
3 木	鶏団子と白菜と葛切りのスープ ・ 五目煮豆 カブの甘酢和え ・ 果物	435 Kcal	左同 ・ ごはん	455 Kcal	揚げせんべい ビスケット 牛乳
4 金	スパゲッティミートソース・人参とパインとくるみのサラダ 焼き豆腐の甘味噌かけ ・ 若布のスープ ・ 果物	572 Kcal	左 同	447 Kcal	ブルーベリーパイ スキムミルク
5 土	しめじ入り肉味噌丼 ・ もやしとハムの中華和え 豆腐のすまし汁 ・ 果物	433 Kcal	左同 ・ ごはん	456 Kcal	牛乳 せんべい
7 月	鯖の西京焼き ・ ひじきとエノキの炒め煮 大根のかりかり ・ 白玉麩と卵と葱の清まし汁 ・ 果物	423 Kcal	左同 ・ ごはん	436 Kcal	チョコチップパン スキムミルク
8 火	筑前煮 ・ 法蓮草の納豆和え ・ 茶碗蒸し ・ なめこ汁 ・ 果物	513 Kcal	左同 ・ ごはん	508 Kcal	さつま芋団子の胡麻かけ 牛乳
9 水	マーボー豆腐 ・ 青菜とハムの辛子マヨ和え 南瓜のパン粉焼き・えのきとワカメの清まし汁 ・ 果物	437 Kcal	左同・しめじと若布の炊き込みご飯	478 Kcal	グラノーラヨーグルト プルーン
10 木	鯖の立田揚げ ・ なしとレーズンのサラダ ジャーマンポテト ・ かぶの根菜スープ・果物	518 Kcal	左同 ・ ごはん	525 Kcal	南瓜のガレット 牛乳
11 金	きのこうどん ・ 金時豆の煮豆 切干大根と胡瓜のさっぱり和え ・ 果物	488 Kcal	左 同	401 Kcal	きつねおにぎり 麦茶
12 土	卵のクッパ ・ 焼き豆腐の鶏そぼろ煮 ・ 果物	374 Kcal	左同 ・ ごはん	411 Kcal	プリン 甘辛せんべい
15 火	鯖の焼き漬け・ごぼうとコンニャクの味噌煮 ・ 果物 もやしとコーンの甘酢和え・じゃが芋と若布と人参の味噌汁	419 Kcal	左同 ・ ごはん	466 Kcal	小倉蒸しパン スキムミルク
16 水	卵の袋煮 ・ しらすの磯香浸し カラフルサラダ ・ 玉葱とみずず豆腐の味噌汁 ・ 果物	474 Kcal	左同 ・ ごはん	493 Kcal	さつま芋の塩 カラメル 牛乳
17 木	かんたんシュウマイ ・ 法蓮草と緑豆もやしのナムル 大豆入りすき昆布の炒め煮 ・ ニラのスープ ・ 果物	493 Kcal	左同 ・ ごはん	546 Kcal	ビスケット せんべい・ジョア
18 金	(3歳児保育参観) 冷しゃぶうどん・茄子の甘味噌かけ 法蓮草と錦糸卵の胡麻和え ・ 果物	596 Kcal	左 同	484 Kcal	パウムクーヘン 牛乳
19 土	ブルゴギ丼 ・ じゃが芋とグリーンピースの甘煮 豆腐と人参と若布のコンメスープ ・ 果物	440 Kcal	左同 ・ ごはん	440 Kcal	ヨーグルト せんべい
21 月	鮭の洋風蒸し焼き ・ けんちん汁 いんげんとベーコンのソテー ・ 果物	389 Kcal	左同 ・ ごはん	483 Kcal	クラッカー チーズ ジョア
23 水	エッグシチュー ・ 焼き豆腐の生姜煮 切干大根と胡瓜のさっぱり和え ・ 果物	514 Kcal	左同 ・ ごはん	510 Kcal	チョコサンド 牛乳
24 木	鶏肉とさつま芋のうま煮 ・ かぶの吉野汁 キャベツと人参のお浸し ・ 果物	530 Kcal	左同 ・ ごはん	520 Kcal	くるみ入り雁月 牛乳
25 金	(2歳児保育参観) 芋の子汁 ・ 果物 ブロッコリーのくるみソース和え	384 Kcal	左同 たんぼぼ組のみおにぎりが出ます	472 Kcal	ヨーグルト ウエハース
26 土	麩チャンプルー ・ 法蓮草と水菜のお浸し 豆腐と油揚げの味噌汁 ・ 果物	349 Kcal	左同 ・ ごはん	391 Kcal	フルーツゼリー ビスケット
28 月	すり身団子汁 ・ パンプキングラタン 三色野菜のカレー和え ・ 果物	405 Kcal	左同 ・ ごはん	483 Kcal	プリン 甘辛せんべい
29 火	(お誕生会) 栗ご飯 ・ 鶏肉とゴマの甘辛焼き 切り干しと胡瓜のさっぱり和え ・ なら卵味噌汁 ・ 果物		※以上児の皆さんもご飯はいりません。	以 547 未 452	クリームカステラ スキムミルクティー
30 水	厚揚げの擬製豆腐 ・ 糸コンニャクと人参のピリ辛炒め ツナとキャベツの酢の物・じゃが芋と若布の味噌汁・果物	480 Kcal	左同 ・ ごはん	485 Kcal	肉まん風蒸しパン 牛乳
31 木	おばけちゃんハヤシライス ・ 南瓜スープ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ ・ 果物	563 Kcal	左同 ・ ごはん	599 Kcal	りんごケーキ ジョア

おしらせ

18日(金) はすずらん組さん
 25日(金) はこすもす組さんの保育参観日です。給食を試食して頂く予定です。どうぞお楽しみに。
 25日は芋の子汁ですので、以上児・未満児さんとも、おにぎりをお願いします。
 29日(火) はお誕生会です。
 また、今月の麺の日は、4日(金)と11日(金)18日(金)です。完全給食ですので、3歳以上児の皆さんもご飯はいりません。

実りの秋です

秋は稲などの穀物や果物などの収穫期であることから、実りの秋と呼ばれています。
 園では、これからさつま芋掘りや大豆の収穫をする予定です。収穫したさつま芋は、11月の「収穫祭」に、みんなで「さつま汁」を作ります。大豆も、「きな粉」作りや「豆腐」作りなどのクッキングにチャレンジする予定です。

旬のきのこを味わおう

しいたけ、まいたけ、しめじ、なめこといったおなじみの種類や、高級なまつたけなど、秋は多くのきのこが旬を迎えます。きのこは香りが強く、調理法によっていろいろな食感が楽しめます。また、種類によっても香りや食感が違います。苦手なお子さんも多いと思いますがぜひご家庭でも、きのこの香りや違いを味わってみてください。

今日は何の日?

10月2日は豆腐の日

「とう(10)ふ(2)」の語呂合わせから、1993年に日本豆腐協会がもっと豆腐を食べてもらいたいという願いを込めて制定しました。日本豆腐協会は同じ年に毎月12日(語呂合わせも同じ)も豆腐の日」としています。湯豆腐やおみそ汁など、豆腐を意識して食べる日にできるといいですね。

まわりへの気遣い

みんなと一緒に食事をするときには、まわりにいる人が気持ちよく食べられる気遣いも大切です。食べている途中で立ち歩いたり、食器で音を立てたりしないようにしましょう。また、食事を楽しむには会話も大切ですが、食べものがたくさん口に入ったままおしゃべりをしたり、口に入ったものを飛ばしたりしないよう注意しましょう。

旬の食材 カリフラワー

カリフラワーは、形が似ているブロッコリーと同じアブラナ科です。一般に白いものが知られていますが、最近はオレンジや紫のもの、サングのようなロマネスコという品種も売られています。くせがないので食べやすく、サラダはもちろん、スープやシチューにも向いています。あまり日持ちしないので、購入後はなるべく早く使いましょう。