



令和2年 3月 鵜住居保育園発行 担当 佐々木

卒園・修了おめでとうございます！

早いもので、もう3月です。4月に71名でスタートした園児も今は76名になりました。4月、保育園の玄関で泣いていたお友だちも元気にバイバイできるようになりました。抱っこで通っていたお友だちが自分で歩いて通えるようになりました。日々、子ども達の成長には驚くことばかりです。子ども達の成長の陰には、いつも優しく見守りながら愛情いっぱいに応援しているお家の方々がいます。心身ともに大きく成長した子ども達と応援しているお家の方々に大きな拍手を送りたいと思います。残り1ヵ月も、笑顔いっぱいで元気に過ごせるように、職員一同子ども達に接していきたいと思います。

保護者の皆様、お子様の卒園・修了おめでとうございます。

保護者の皆様には、園への温かいご協力とご理解を頂きありがとうございました。



～3月の行事予定～

- 3日(火) ひな祭り誕生会
- 14日(土) 卒園式
- 18日(水) 体育教室
- 25日(水) 避難訓練
- 26日(木) 修了式
- 30・31日 お弁当の日

卒園式についてお知らせ

新型コロナウイルス感染症の対応により、卒園式開催について検討をしております。詳しいことが決まりましたら再度連絡を致します。



☆3月生まれのおともだち☆

おねがい

- ・年度末に持ち物全てが持ち帰りとなります。新年度は衣服のサイズを確認し、必ず記名をして持ってきて下さい。
- ・お子さんが一人で駐車場を歩くのは思わぬ事故を招く恐れがあります。登降園の際はお子さんから目や手を離さず、一緒に行動していただくようお願いします。



☆たんぽぽぐみ

小さかったたんぽぽ組さんも、この一年間でとっても大きくなりました。

かわいいたんぽぽ組さんとの毎日の触れ合いの中で、日々の成長を感じることが出来てとても嬉しかったです。みんなと一緒に楽しく元気に一年間を過ごせた事に感謝します。

ありがとうございました。

☆すみれぐみ

早いものですすみれ組での生活もあと一ヶ月ですね。

この一年でたくさんのことが出来る様になり心も体も大きく成長した子ども達。最近言葉でのやりとりを楽しむ姿も増えました。子ども達の成長を十分に認めてかわりながら、こすもすぐみになることを楽しみに過ごしていきたいと思います。

一年間ありがとうございました。

☆こすもすぐみ

こすもす組での生活も残り一ヶ月となりました。4月の頃に比べ、自分たちでできることが増えたり、お話が上手になりましたね。進級に向け取り組むことが増えましたが、毎日頑張っています！今月からは、お弁当でご飯を食べ始めます。

すずらん組になる事に期待を持ちながら元気良く過ごしていきたいと思います。一年間たくさんのご協力ありがとうございました。

☆すずらんぐみ

すずらん組に進級して一年が過ぎます。

一年間を通して、保護者の皆様のあたたかいご協力のもと、子ども達と一緒にたくさんの時間を過ごしてきました。進級が近づくに連れて、子ども達の頑張ろうとする姿がたくさんみられとてもうれしく思います。ひまわり組になる事に十分に期待感を持ちながら残りの一ヶ月を過ごしていきたいと思います。

一年間ありがとうございました。

☆ひまわりぐみ

18名のお友だちとの生活も残り一カ月となりました。毎日たくさん笑って、たくさんケンカして…仲直り！と、振り返ると楽しい一年間だったと思います。いざとなると、みんな目的に向かった一つになれる、そんな力を持っていました。たくさんの成長がみられましたね。もうすぐ、さくら組さんです。期待を持って過ごしましょう。

一年間、ありがとうございました。

☆さくらぐみ

さくら組に進級し、あっというまに一年が過ぎました。この一年、子ども達と共にたくさん笑い毎日楽しく過ごすことが出来ました。

4月からはいよいよ小学1年生ですね。げんき100%で小学校でもがんばってくれることと思います。

一年間、保護者の皆様のご協力ありがとうございました。





予 定 献 立 表



2019年度

467/430

477/460

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
2 月	鯖のゴマ味噌煮 ・ 法蓮草の菜種和え 春雨の炒り煮 ・ かぼちゃのスープ ・ 果物	485 Kcal	左 同 ・ ごはん	531 Kcal	スイートポテト牛乳
3 火	 (おひな祭り誕生) ・ お雛様おむらいす ・ ブロッコリーのサラダ		鶏肉の香草焼き ・ 蛤の清まし汁 ・ 	以 689 未 523	三色団子の小豆かけ カルピス
4 水	とりにくとしめじのぐらたん ・ 春雨と胡瓜の酢の物 カブとベーコンのコンソメ煮 ・ エノキと水菜の清まし汁 ・	391 Kcal	左 同 ・ ごはん	449 Kcal	みっくすぴざ牛乳
5 木	鰯の利休揚げ ・ 切り干し大根の甘酢和え 南瓜の枝豆あんかけ ・ 豆腐と油揚げの味噌汁 ・ 果物	422 Kcal	左 同 ・ ごはん	486 Kcal	にくまんせんべい
6 金	やきそば ・ ブロッコリーのくるみソース和え 白菜のおかか和え ・ ニラとしめじのスープ ・ 果物	547 Kcal	左 同	430 Kcal	フルーツのヨーグルト和え せんべい
7 土	しめじ入り肉みそ丼 ・ もやしとハムの中華和え 豆腐と若布の清まし汁 ・ 果物	409 Kcal	左 同 ・ ごはん	435 Kcal	せんべい牛乳
9 月	魚のマヨネーズ焼き ・ ひじきの炒め煮 芋の子汁 ・ 果物	545 Kcal	左 同 ・ ごはん	550 Kcal	南瓜ボールジョア
10 火	とりにくとあすばらのしちゅー ・ キャベツの塩昆布和え 切り干し大根の旨煮 ・ 味噌汁 ・ 果物	528 Kcal	左 同 ・ ごはん	544 Kcal	くっきースキムミルク
11 水	とりのからあげ ・ 南瓜のサラダ 筍のおかか煮 ・ せんべい汁 ・ 果物	479 Kcal	左 同 ・ ごはん	527 Kcal	おこのみやき牛乳
12 木	鮭缶と南瓜の団子 ・ 高野豆腐と人参の煮物 もやしのり酢 ・ 白玉麩のかき卵味噌汁 ・ 果物	405 Kcal	左 同 さつま芋ご飯	500 Kcal	ちょこばふえ ウエハース ・ 麦茶
13 金	にくみそそば ・ 大根と油揚げの煮物 小松菜としらすのお浸し ・ 若布のスープ ・ 果物	679 Kcal	左 同	492 Kcal	かえるぱん牛乳
14 土	 そ つ え ん し き 			470 Kcal	紅 白 大 福
16 月	鯖のコーンクリーム焼き ・ もやしと胡瓜のごま酢和え 野菜豆 ・ みずす豆腐と小松菜の味噌汁 ・ 果物	486 Kcal	左 同 ・ ごはん	516 Kcal	ジャムバターサンド 野菜果汁
17 火	にこみはんぱーぐ ・ さつま芋のオレンジ煮 シーザーサラダ ・ 豆腐と油揚げの味噌汁 ・ 果物	490 Kcal	左 同 ・ ごはん	542 Kcal	フルーチェ カルシウムせんべい
18 水	ポテトビーンズ ・ 切り干し大根のさっぱりサラダ 若布のソテー ・ なめこの清まし汁 ・ 果物	438 Kcal	左 同 ・ ごはん	522 Kcal	フルーツゼリー プルーン ・ 牛乳
19 木	ういんなーなぼりたん ・ しらすの磯香浸し キャベツとパインのサラダ ・ えのきと若布のスープ ・ 果物	603 Kcal	左 同	511 Kcal	おかかチーズ おにぎり ・ ジョア
21 土	卵のクッパ ・ 里芋と油揚げの煮物 ・ 果物	367 Kcal	左 同 ・ ごはん	410 Kcal	甘辛せんべい牛乳
23 月	焼き魚 ・ れんこんのカレー炒め ・ ウィンナー入りポトフ 果物	454 Kcal	左 同 漬物ご飯	512 Kcal	ソファール せんべい
24 火	みるくかれー ・ クリームコーンのスープ コールスローサラダ ・ 果物	489 Kcal	左 同 ・ ごはん	558 Kcal	プリン クラッカー
25 水	南瓜のキッシュ ・ 青菜とコーンのお浸し すき昆布の煮つけ ・ 白玉麩の清まし汁 ・ 果物	457 Kcal	左 同 ・ ごはん	483 Kcal	あめりかんどっく スキムミルク
26 木	鱈フライのタルタルソースかけ ・ キャベツと油揚げの炒め煮 五目納豆 ・ なめこの汁 ・ 果物	472 Kcal	左 同 ・ ごはん	521 Kcal	豆腐団子のあべ川 麦茶
27 金	かれーうどん ・ 金時豆の煮豆 ブロッコリーと人参のごま和え ・ 果物	595 Kcal	左 同	522 Kcal	みそやきおにぎり ジョア
28 土	麩チャンプルー ・ 法蓮草と水菜のお浸し 豆腐と若布の味噌汁 ・ 果物	398 Kcal	左 同 ・ ごはん	490 Kcal	ビスケット 牛乳
30 月	おべんとうの日 (おかず入りのお弁当をお願いします)	185 Kcal	おかず入りのお弁当 をお願いします	198 Kcal	お菓子 牛乳
31 火	おべんとうの日 (おかず入りのお弁当をお願いします)	204 Kcal	おかず入りのお弁当 をお願いします	172 Kcal	お菓子 牛乳

3日(金)と10日(金)29日(水)は完全給食です。以上児の皆さんもご飯はいりません。また、今月の献立は主に、卒園するぞう組さんからの給食とおやつのリクエストメニューです。赤い色で記入しています。保育園の生活も残り1か月、楽しんで給食やおやつの時間を過ごして欲しいと思います。

さくらさんのりくえすためにゅーをしょうかいします！

～ かれーうどん・ちょこばふえ
～ はんぱーぐ・おこのみやき
～ しちゅー・ちょこばふえ
～ からあげ・ちょこばふえ
～ からあげ・ちょこばふえ

～ やきそば・くっきー
～ おむらいす・にくまん
～ なぼりたん・みそおにぎり
～ かれー・ちょこばふえ
～ ぐらたん・あめりかんどっく

食 と 健 康

食べることは、生きること
健康な心身を保つためには、1日3食、しっかり食べることが大切です。「食べることは、生きること」です。私たち人間は、教えられなくても、食べることを生きていく中で自然に習得します。しかし、ただ空腹を満たすためだけに食べるのでは、栄養バランスが悪くなってしまいます。体に必要なものをバランスよく食べることで、初めて健康を維持できるのです。ところが近年、取り巻く食事情は大きく変わり、食生活の乱れが問題になっています。

大人だけではなく、子どもまでもが食生活の乱れによって健康を害するケースが増えてきています。子どものころからいろいろな食材や料理に親しみをもってもらい、食べることの楽しさやバランスよく食べることの大切さ、そして食べることは生きることにつながるということを伝えていきたいですね。

だしの役割

だしって
すごい

日本料理に欠かせないだし。かつお節・昆布・煮干などからとられるだしは、それぞれ特有のうま味成分をもっています。うま味は、料理をおいしくするためにはかせません。子どものうちから本物のだしの味を知っておくことは、きちんとした味覚をはぐくむうえでも大切です。保育園でも、毎日の給食に、煮干・かつお節・鶏ガラなどのいろいろなだしを使い、薄味でもおいしいと感じる味つけを目指しています。一口食べて「あー、おいしい！」という子供たちの声が、とてもうれしいです。いつまでも、子どもたちの舌に保育園の味を覚えていてほしいと思います。