



4月 えんだよい

R6年4月1日(月) 担当 佐々木(雅)

〒026-0301
釜石市鶴住居町 3-10
社会福祉法人釜石愛育会
鶴住居保育園
TEL0193-28-2510

ご入園・ご進級おめでとうございます

もうすぐ桜が咲き始める季節となりました。

新年度は12名の新入園児を迎え、70名でスタートしました。新入園児のお友だちは保育園生活に慣れるまでは、泣いてしまうと思いますが、少しずつ慣れていきましょうね。また、進級児のお友だちも新しい環境となり、不安になる子もいると思いますが、先生やお友だちと一緒に仲良く過ごしていきましょう。今年度も子どもたちが毎日楽しい園生活を送れるよう、職員一同力を合わせて頑張りますので、保護者の皆様のご理解ご協力をよろしくお願い致します。

なお、新年度から導入する保育業務のICT化(キッズビュー)についてですが、まず初めに、5月頃よりQRコードによる登降園時間の記録から実施する予定です。ID等の準備が整い次第、お知らせしますので、ご理解の程よろしくお願い致します。

園長 八幡 雅子

4月生まれのお友だち

今月は6名のお友だちが誕生日を迎えました。

おめでとうございます♪



おたんじょうびおめでとう



新しいお友だちを紹介します

12名のお友だちが、4月から入園しました

なかよく あそんでね♪

職員紹介

- *園長 八幡 雅子
- *副園長 佐々 ひとみ
菊池 直美
佐々木 雅俊
- *副センター長 小笠原 真理子(小佐野保育園から異動)
- *主任保育士 越田 未佐
- *主任栄養士 箱石 智恵美
- *5歳児 佐々木 雅俊
- *4歳児 佐々木 沙弥・巖岩 紗矢香
- *3歳児 小林 友海・菊池 好美・三浦 広子
- *2歳児 永井 文香(中妻子供の家保育園から異動)
高橋 利恵子・田村 智江
両川 洋子
- *1歳児 佐々 ひとみ・田代 瑞子
- *0歳児 越田 未佐・小川 るり子
- *看護師 川崎 圭子・大場 正子
- *栄養士 遠野 春香
- *給食 山田 恵子・伊藤 きく子・三浦 光子
- *子育て支援センター 小笠原 真理子
三浦 しのぶ

今月の予定

- | | |
|-----------------|--------------|
| ☆園行事☆ | ☆センター行事☆ |
| 3日(水) 進級式 | 18日(木) めだかぐみ |
| 4日(木) 入園式 | 25日(木) すまいる |
| 9日(火) お花見ピクニック | ひろば |
| 24日(水) 避難訓練 | |
| 30日(火) 子どもの日の集い | |



鶴住居保育園子育て支援センター

保育園のお友だちも、支援センターで遊べるよ!
お家の人と遊びに来てね♪

- *月曜日～金曜日(土日・祝日はお休み)
- *9:30～12:00、13:00～15:30
- *センター利用の際は親子一緒に、手洗い・うがいをしましょう。また、おむつ交換の際はマイおしりマット(タオルでOK)を使用しましょう。(うがいコップ・手拭きタオル・マイおしりマットは持参してね)



☆おねがい☆

- ☆ 登降園の際には、車のエンジンを止め、必ず親子で手をつないで移動しましょう。
- ☆ 欠席や登園時間が遅くなる時は、8時40分までに連絡をお願いします。
鶴住居保育園 ☎ 28-2510
- ☆ 持ち物には必ず名前をはっきりと記入しましょう。兄弟の名前が記名してあるものは、使用のお子さんの名前に書き直し、名前が消えているものも多いので、もう一度確認をお願いします。
- ☆ 急な発熱や体調の変化が見られた場合には職場に連絡をする場合もあります。連絡先の変更等があった場合は必ずお知らせください。
メールアドレスの変更もお知らせください。
- ☆ 衣服の補充や衣替えはこまめにしましょう。
- ☆ サイズのあった靴、衣服を用意しましょう。
- ☆ 避難訓練時にメールを送信する月があります。確認のほど、返信をお願いします。
- ☆ 感染症予防対策として行事の内容変更や延期等があると思いますが、ご協力をお願いします。





4月 献立表



2024年度 鶉住居保育園

曜日	月		火		水		木		金		土	
日付	1日		2日 進級式		3日		4日 入園式		5日		6日	
給食	味噌おでん 小松菜の五目和え 鶏団子と葛切りのスープ 果物		親子煮 ブロッコリーのおかか和え マカロニサラダ みそ汁・果物		五目納豆 粉ふき芋のオーロラソースかけ 蛇腹胡瓜のごま油和え みそ汁・果物		鮭のマヨネーズ焼き マカロニケチャップソテー のり塩ナムル さつま汁・果物		きつねうどん 鶏肉のゴマ味噌焼き 南瓜のサラダ 果物 ご飯はいりません		ホットドッグ 茹でブロッコリー 牛乳 果物	
おやつ	さつま芋チップ 牛乳		一口バリバリピザ 牛乳		麩のココアラスク 牛乳		チーズいもち 牛乳		豆腐のホットケーキ 牛乳		りんご果汁 サブレ	
エネルギー	<以上児> 342Kcal	<未満児> 428Kcal	<以上児> 406Kcal	<未満児> 451Kcal	<以上児> 415Kcal	<未満児> 445Kcal	<以上児> 388Kcal	<未満児> 446Kcal	<以上児> 576Kcal	<未満児> 470Kcal	<以上児> 499Kcal	<未満児> 538Kcal
たんぱく質	13.5g	15.2g	23.6g	20.8g	24.3g	21.3g	25.7g	22.6g	24.8g	21.4g	15.1g	15.6g
脂質	13.8g	14.0g	17.3g	14.8g	21.9g	15.4g	13.7g	13.3g	25.0g	19.1g	20.0g	20.0g
食塩相当量	2.2g	1.6g	2.2g	1.5g	1.9g	1.5g	1.8g	1.3g	3.2g	2.4g	2.1g	2.1g
日付	8日		9日 お花見ピクニック		10日		11日		12日		13日	
給食	ミートボール きゅうりとキャベツの和え物 南瓜のパン粉焼き みそ汁・果物		豚汁 果物 ※全園児おにぎりの持参をお願いします。		卵のキッシュ風 コールスローサラダ トマト みそ汁・果物		竹輪フライ すき昆布と豚肉の炒め煮 法蓮草のごま和え スープ・果物		麻婆ラーメン ごぼうのサラダ ブロッコリー赤黄和え 果物 ご飯はいりません		ツナサンド ミニトマト 牛乳 果物	
おやつ	焼うどん 牛乳		じゃこチーズトースト 麦茶		揚げあんぱん 牛乳		フルーチェ おせんべい		ちんすこう 牛乳		ヨーグルト クラッカー	
エネルギー	<以上児> 405Kcal	<未満児> 450Kcal	<以上児> 261Kcal	<未満児> 249Kcal	<以上児> 447Kcal	<未満児> 483Kcal	<以上児> 294Kcal	<未満児> 391Kcal	<以上児> 579Kcal	<未満児> 441Kcal	<以上児> 375Kcal	<未満児> 405Kcal
たんぱく質	21.4g	19.2g	19.0g	16.6g	22.6g	20.3g	14.5g	15.5g	25.3g	20.1g	14.4g	14.0g
脂質	18.5g	15.5g	7.3g	8.9g	18.7g	15.9g	9.0g	10.4g	22.2g	15.3g	11.6g	11.4g
食塩相当量	2.5g	1.8g	1.8g	1.3g	1.6g	1.2g	2.1g	1.6g	3.5g	2.6g	1.2g	1.2g
日付	15日		16日		17日		18日		19日 誕生会		20日	
給食	鶏ちゃん焼き ベーコンポテト シルバーサラダ みそ汁・果物		高野豆腐の唐揚げ 煮浸し 南瓜の煮物 みそ汁・果物		ココット風目玉焼 ビーフソテー ブロッコリーの胡麻和え みそ汁・果物		鱈の竜田揚げ 切干大根のカレーソテー 法蓮草ともやしのナムル みそ汁・果物		スパゲティマトソースかけ ブロッコリーのチーズ焼き フレンチサラダ・果物 ポテトコンソメスープ ご飯はいりません		カレートースト ほうれん草のごま和え 牛乳 果物	
おやつ	チーズチヂミ ショア		ハナナおからケーキ 牛乳		黒糖蒸しパン 牛乳		チョコクッキー 麦茶		ケーキデコ りんご果汁		おせんべい ショア	
エネルギー	<以上児> 382Kcal	<未満児> 453Kcal	<以上児> 382Kcal	<未満児> 429Kcal	<以上児> 422Kcal	<未満児> 448Kcal	<以上児> 433Kcal	<未満児> 491Kcal	<以上児> 515Kcal	<未満児> 421Kcal	<以上児> 399Kcal	<未満児> 424Kcal
たんぱく質	24.9g	22.5g	18.6g	17.8g	22.2g	19.8g	14.7g	15.7g	17.8g	13.2g	19.8g	20.0g
脂質	13.2g	9.9g	13.9g	10.2g	14.9g	10.5g	24.4g	21.2g	18.9g	13.3g	11.5g	11.2g
食塩相当量	2.2g	1.6g	2.4g	1.9g	1.9g	1.4g	1.5g	1.2g	2.2g	1.5g	1.4g	1.3g
日付	22日		23日		24日		25日		26日		27日	
給食	豚肉の生姜焼き キャベツと竹輪の胡麻和え 若布とツナソテー みそ汁・果物		豆腐入りハンバーグ コロコロポテトサラダ ブロッコリーのカレー和え みそ汁・果物		五目厚焼卵 春雨のいり煮 法蓮草ともやしの海苔和え みそ汁・果物		鱈フライ ほうれん草のバター炒め タルタルサラダ みそ汁・果物		チャンポンうどん 茹卵ケチャップソースかけ 大根とハムと胡瓜のサラダ 果物 ご飯はいりません		コーンマヨトースト キャンディチーズ 茹で枝豆 牛乳・果物	
おやつ	ごま団子 牛乳		卵サンド 牛乳		ソフル ウエハース		スイートポテト 牛乳		たぬきおにぎり 牛乳		ゼリー ハッピーターン	
エネルギー	<以上児> 491Kcal	<未満児> 532Kcal	<以上児> 424Kcal	<未満児> 476Kcal	<以上児> 353Kcal	<未満児> 451Kcal	<以上児> 453Kcal	<未満児> 470Kcal	<以上児> 534Kcal	<未満児> 424Kcal	<以上児> 497Kcal	<未満児> 490Kcal
たんぱく質	28.9g	24.8g	22.1g	19.4g	17.6g	18.8g	24.5g	21.4g	29.1g	22.6g	18.6g	16.2g
脂質	22.8g	22.2g	23.4g	17.3g	14.3g	11.6g	20.1g	14.1g	12.2g	10.8g	21.5g	18.4g
食塩相当量	2.4g	1.7g	2.3g	1.7g	1.5g	1.2g	1.6g	1.2g	2.1g	1.6g	1.8g	1.5g
日付	29日		30日 子どもの日の集い									
給食	昭和の日 		ミルクカレー スパゲティサラダ トマト スープ・果物									
おやつ	基準値		お好み焼き 牛乳									
エネルギー	<以上児> 440Kcal	<未満児> 460Kcal	<以上児> 467Kcal	<未満児> 496Kcal								
たんぱく質	21.0g	20.0g	22.1g	19.9g								
脂質	15.8g	13.9g	17.0g	15.6g								
食塩相当量	1.6g	1.5g	2.9g	1.9g								

🌸 ご入園、ご進級 おめでとうございます! 🌸

ご入園・ご進級おめでとうございます。
鶉住居保育園では毎年畑で野菜を栽培しています。種まきや苗植えをし、水やりをしながら実が大きくなっていく様子や楽しさを感じてもらい、子どもたちの手で収穫します。また、その野菜を給食で頂いたり、クッキングをしたり、お家に持ち帰ったりもします。
食べ物に関心を持ってもらい、家族みんなが健康で長生きできる食生活のきっかけになっていただければと思います。
また、毎日の栄養価を記載しています。
太枠で囲ってあるところが保育園での基準値になります。
今年度もよろしく願いいたします。

給食室からのお知らせ

- 🍷 さくら・ひまわり・すずらん組はお弁当箱にご飯を入れて持ってきてください。ご飯の量は110gが目安ですが、個人差があると思いますので、無理なく食べられる量を入れて下さい。
- 🍷 こすもす・すみれ・たんぼぼ組は完全給食なので、麺、パン以外の日はご飯が出ます。
- 🍷 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。
- 🍷 9日はお花見ピクニックなので、全園児おにぎりの持参をして下さい。
- 🍷 5日・12日・19日・26日・30日は完全給食なので、以上児さんもご飯はいりません。

🌸 花粉症に効果的な食べ物 🌸

野菜類や青魚を積極的に食べることは花粉症の症状を抑える効果があるとされています。また、しそや甜(てん)茶(ちゃ)、ヨーグルト、緑茶なども症状の緩和が期待される食品といわれています。効果には個人差がありますが、食事にこれらの食品を取り入れてみるのも花粉症対策のひとつです。

