



R 7.9.1 (月) 鵜住居保育園発行 担当 佐々木(沙)

陽ざしにはまだ夏の名残がありますが、日が落ちるのが少しずつ早くなってきました。プール遊びも終わり、子どもたちの有り余る体力を、ホールで体を動かしたり、少し涼しくなった夕方には園庭で遊んだりして楽しんでいます。

先月は、プール遊びの準備等のご協力ありがとうございました。また、廃材ポストへのご協力もありがとうございます。引き続きよろしくお願いします。

朝夕の寒暖差も少しずつ出てきて、体調を崩しやすい時期です。感染症には気を付けて、手洗い・うがいの習慣化や早めの就寝など、ご家庭と連携を取りながら、子ども達の体調を見守っていきたいです。



行事予定

◇保育園行事◇

- 5日(金) 2歳児保育参観
- 9日(火) 絵本作家サトシンと絵本よみまショー
(さくら組園外保育)
- 10日(水) 避難訓練
- 11日(木) しおかぜ号
- 15日(月) 敬老の日
- 17日(水) 釜石東中学校ふれあい体験
- 19日(金) 0, 1歳児保育参観
- 25日(木) 三峰の杜 敬老会(さくら組園外保育)
- 26日(金) 誕生会
- 30日(火) 運動会総練習

◇センター行事◇

- 4日(木) ふれあいひろば
- 8日(月) 親子サークル
- 25日(木) すまいるひろば



9月生まれのおともだち

令和7年 「歯・口の健康に関する図画コンクール」にて、本園から3名が受賞しました。



おめでとうございます！

☆新しいおともだち☆

一緒に仲良く遊ぼうね♪

いろいろな遊び楽しかったね！



☆たんぽぽぐみ

先月は、暑くてなかなかお外には出られませんが、室内での水遊びを楽しむことができました。また、タッチプールにも参加しおさかなさんたちとの触れ合いも楽しみました。

来月は、参観日もあります。親子で素敵な思い出を作りましょうね！！

☆すずらんぐみ

「今日もプール?!」と毎日聞いていたすずらん組さん。たくさん水遊びができて楽しい夏の思い出ができました！

今月は秋の自然に触れる活動や制作遊びにも取り組みたいと思います。また、運動会に向けた活動では、普段楽しんでいる遊びを取り入れながら元気に体を動かしていきたいと思います。

☆すみれぐみ

先日は、水ヨーヨー遊びやプール遊びなど夏ならではの遊びを楽しむことができました。毎日の準備のご協力ありがとうございました。

暑さも和らいだら戸外遊びを楽しみながら、元気いっぱい体を動かして遊びたいと思います。

☆ひまわりぐみ

まだまだ厳しい暑さが続き、残暑をどう楽しもう?というこの頃ですね。

先月は、暑くなる前の時間を使って、水遊びを楽しむことができました。子ども達の眩しいくらい笑顔や笑い声に、暑さも吹き飛ばすような楽しい時間となりました！！

10月には運動会が行われます。少しずつ運動会に向けた活動も取り入れつつ、無理のない活動を心掛けていけたらと思います。

☆さくらぐみ

先月は、路線バスに乗って中妻子どもの家での流しそうめんに参加したり、タッチプールでいろいろな魚に触ってみたりと、普段の生活では経験できないことを体験しましたね！

今月もさっそく、園外でのお楽しみが待っています。また、運動会も徐々に近づいてきていますね。子ども達と『どんな運動会にしたいか』の話し合いを重ね、みんなで協力して楽しみながら取り組んでいきたいです。





献立表

2025年度

鶴住居保育園

曜日	月		火		水		木		金		土	
日付	1日		2日		3日		4日		5日 2歳児参観日		6日	
給食	鶏手羽元の甘辛煮 バークドカレーポテト ブロッコリーのさっぱり和え スープ・果物		鮭のマヨネーズ焼き ひじきと豚肉の炒め煮 もやしのナムル スープ・果物		卵のキッシュ風 ツナとキャベツの和え物 ブロッコリーごまマヨ和え スープ・果物		煮込みハンバーグ すき昆布の煮付け 中華きゅうり みそ汁・果物		肉みそそば 粉吹き芋の甘辛和え 切干大根の酢の物 すまし汁・果物 ご飯はいりません		ハムサンド スティックチーズ 牛乳 果物	
おやつ	ヨーグルト ウエハース		麩のラスク ジョア		ごまあんぱん 牛乳		スコーン 牛乳		コーンと人参のおにぎり 牛乳		ジョア ハッピーターン	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	305Kcal 17.4g 13.0g 1.6g	418Kcal 18.9g 12.2g 1.3g	367Kcal 24.8g 16.3g 2.0g	449Kcal 21.7g 11.8g 1.4g	425Kcal 22.1g 16.9g 1.6g	453Kcal 19.9g 12.0g 1.2g	438Kcal 20.7g 17.9g 2.5g	463Kcal 19.0g 14.0g 1.9g	596Kcal 26.3g 14.4g 3.2g	450Kcal 18.4g 9.7g 2.2g	427Kcal 20.8g 14.9g 1.6g	448Kcal 20.5g 13.8g 1.6g
日付	8日		9日		10日		11日		12日		13日	
給食	ポークチャップ 小松菜のおかか和え シルバーサラダ みそ汁・果物		鯖の生姜焼き キャベツと油揚げの炒め煮 青菜のマヨ和え 豚汁・果物		麻婆豆腐 ごぼうのサラダ 法蓮草ののり和え みそ汁・果物		卵グラタン 和風サラダ 南瓜のパン粉焼き みそ汁・果物		味噌ラーメン いり卵のケチャップソースがけ ほうれん草のコーンと和え 果物 ご飯はいりません		卵サンド フィッシュソーセージ 牛乳 果物	
おやつ	黒ゴマ蒸しパン 牛乳		人参ブリッツ 牛乳		コーンフレーククッキー 牛乳		ミルクゼリー おせんべい		チーズハムパイ 牛乳		プリン 揚げせんべい	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	426Kcal 24.2g 16.8g 2.0g	453Kcal 21.5g 13.4g 1.4g	440Kcal 27.3g 23.2g 2.0g	462Kcal 23.7g 17.8g 1.5g	432Kcal 18.2g 20.9g 2.3g	497Kcal 19.1g 16.4g 1.8g	441Kcal 19.2g 19.5g 1.6g	487Kcal 19.1g 16.2g 1.3g	471Kcal 27.4g 18.0g 2.4g	394Kcal 20.2g 13.1g 1.7g	423Kcal 15.1g 19.7g 1.4g	391Kcal 16.1g 16.6g 1.2g
日付	15日		16日		17日		18日		19日 0・1歳児参観日		20日	
給食	 敬老の日		はみだしギョウザ 春雨サラダ トマトと胡瓜のポン酢和え さつま汁・果物		鶏肉の照り焼き 小松菜の五目和え さつま芋のオレンジ煮 みそ汁・果物		ココット風目玉焼 切干大根の酢の物 二色きんぴら みそ汁・果物		すき焼きうどん 鶏肉のマヨネーズ焼き トマト 果物 ご飯はいりません		食パン カレー 茹でブロッコリー 牛乳・果物	
おやつ	基準値		シリアルヨーグルト リッツ		パウムクーヘン 牛乳		マドレーヌ 牛乳		ジャムバターサンド 牛乳		りんご果汁 ビスケット	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	440Kcal 22.0g 16.0g 1.6g	460Kcal 21.0g 13.8g 1.4g	433Kcal 18.6g 14.7g 2.3g	474Kcal 18.6g 12.4g 1.7g	450Kcal 20.8g 16.7g 1.6g	508Kcal 19.4g 13.2g 1.1g	426Kcal 19.8g 22.4g 1.9g	453Kcal 18.4g 17.2g 1.4g	521Kcal 31.5g 15.6g 2.7g	416Kcal 21.6g 11.0g 1.9g	346Kcal 11.6g 6.8g 1.6g	370Kcal 14.1g 6.8g 1.7g
日付	22日		23日		24日		25日		26日 誕生会		27日	
給食	炒り卵の中華風あんかけ ブロッコリーのおかか和え 南瓜の含め煮 みそ汁・果物		 秋分の日		肉豆腐 切干大根のカレーソテー 春雨と胡瓜のサラダ みそ汁・果物		鱈フライのタルタルソースかけ 竹輪と小松菜の切り胡麻和え もやしと胡瓜の甘酢和え みそ汁・果物		スパゲティマトソースがけ 胡瓜とハムともやしの中華和え 法蓮草とコーンのお浸し 豆腐のカレースープ・果物 ご飯はいりません		ウインナートースト ブロッコリーのごま和え 牛乳 果物	
おやつ	焼きそば ジョア		揚げあんぱん 牛乳		スイートポテト 牛乳		シュガーごまトースト 牛乳		ココアのカップケーキ カルピス		カルシウムせんべい ジョア	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	391Kcal 24.1g 12.9g 1.9g	463Kcal 24.5g 11.1g 1.5g	405Kcal 18.2g 18.4g 1.8g	465Kcal 19.1g 15.4g 1.4g	421Kcal 22.0g 20.4g 2.3g	478Kcal 18.5g 15.1g 1.6g	531Kcal 19.3g 23.2g 3.1g	419Kcal 16.8g 17.9g 2.2g	473Kcal 22.5g 16.7g 1.9g	491Kcal 21.6g 16.1g 1.7g		
日付	29日		30日 運動会総練習		今月の予定 ☆5日(金)は、こすもす組保育参観日です。 完全給食の日ですので、白いご飯はいりません。 ☆19日(金)は、すみれ組・たんぽぽ組保育参観日です。 完全給食の日ですので、白いご飯はいりません。 ☆12日・26日(金)は、完全給食の日です。 以上児さんもご飯はいりません。 							
給食	野菜焼肉 たたき胡瓜 若布とツナソテー みそ汁・果物		ミルクカレー みそ汁 果物									
おやつ	焼き芋 牛乳		揚げあんぱん 牛乳									
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	364Kcal 22.6g 12.2g 1.4g	409Kcal 20.4g 10.1g 1.1g	481Kcal 23.0g 20.2g 2.7g	494Kcal 17.4g 14.0g 1.8g								

☆8月の食育活動☆

◎ブルーベリージャム作り（さくら組）

保育園で採れたブルーベリーと、橋野産のブルーベリーを使ってジャム作りをしました。ブルーベリーと砂糖を混ぜて火にかけると、みるみる水分が出てきて甘酸っぱい香りがお部屋に広がりました。「いい匂いがする!」「綿あめみたいな匂い!（砂糖が溶ける匂いが本当に綿あめのような匂いでした^^）」などたくさんの声がありました♪ジャムはもちろんおいしかったので、おやつにペロリと食べました☆

◎非常食作り体験（さくら組）

9月1日は「防災の日」ということで、少し早いのですが実際に自分たちで作って食べてみるという食育を行いました。用意するものは「おにぎり（鮭・わかめ・こんぶ）」と「非常用保存水」です。袋の切り取り線を切って、中に入っている脱酸素剤を取り出し、線まで水を入れ、チャックを閉めたら20回ほどシェイクします。60分待ち時間があるので、おやつまでのお楽しみ☆「ちゃんとお米になってるね」「おいしい!」などの声が聞かれました^^ 非常食とはどんな味なのか、どうやって作るのか?を知ってもらうことができました。

◎カレークッキングは来月掲載します♪

