

# 11月の園だより

令和元年度  
下有知保育園

秋も深まり、朝夕の冷たい空気とともに、赤や黄色に染まった葉っぱが澄んだ空に映えるさわやかな季節となりました。この季節の変化を感じ取るセンサーは動植物の方が私たちよりはるかに優れています。それは、自分たちの命を守ることに直結しているからではないでしょうか。私たち大人も、温暖化などの環境変化にもっと敏感になり、子どもたちによりきれいな地球を手渡す義務があると思います。

子どもたちは友だちと元気いっぱい園庭で遊んでいます。その中で、遊びのルールを学んだり、遊びを楽しく工夫したりしながら、友だち関係を深めています。友だちのよいところやがんばりを認めて応援する姿から、友だち関係の深まりを感じます。また、活発に活動する中に、子どもたちの「やってみよう」という気持ちを感じます。そうした子ども一人一人のやる気を保育士たちはあたたかく受け止めながら、個性の伸長を見守っていきたく思います。



- \* 朝夕寒くなり、寒暖の差が激しいこの時期は、登園後に体調が悪くなるお子さんが出てきます。お子さんの健康状態を診て、様子がいつもと違うときは、無理をしないようにしましょう。
- \* お天気や気温、その日のお子さんの体調に合わせて衣服の調節をしていきますので、調節しやすい衣服を選ぶようお願いいたします。これから冬に向けて薄着で過ごせるよう心がけましょう。
- \* インフルエンザの流行する季節です。うがいと手洗いをしっかり行い、予防に努めましょう。

- \* 1日(金)は、10月30日(水)に引き続き、下有知中学校3年生が家庭科の授業で当園を訪問します。子どもたちは、中学生のお兄さんやお姉さんたちの手作りおもちゃやゲームでのふれあいを楽しみにしています。
- \* 12日(火)～14日(木)の3日間で、天候を見て関市志摩の南宮神社へ七五三参りに出かけます。子どもたちの健やかな成長を願うとともにお祝いします。
- \* 15日(金)は、5月に引き続き、関有知高校の保育実習です。10月から中学生の職場体験や下有知中学校3年生とのふれあい交流を行ってきましたが、今回は高校生のお兄さんお姉さんです。
- \* 22日(金)は防災教室です。火災時の下有知保育園児の避難の様子を消防署の方に実際に見ていただいたり、煙体験をしたりしながら、安全な避難の仕方や火災予防について学びます。

**〇ほく、わたしの生活発表会** 12月14日(土)は生活発表会です。子どもたち一人一人の成長を感じ取っていただける発表会になるように、学年ごと(未満児は合同)に発達段階に沿った内容を考え、練習過程も大切にしながら取り組んでいます。発表会を楽しみにいただき、ご協力をお願いいたします。詳細は後日お知らせいたします。

## 七五三

もうすぐ七五三ですね。子どもたちが大きなケガや病気をしないで健やかに育ってくれますようお願い、家族でお参りに行かれるご家庭も多いことでしょう。

また、千歳飴(ちとせあめ)は、紅白の長い棒状のあめで、「長く伸びる＝長生きできる」という縁起にあやかり、「寿」や「鶴亀」が描かれた化粧袋に入っています。そして、七五三の日には、親戚や近所に配られる風習がありました。千歳飴も節分の豆と同じく、年の数だけ袋に入れるとよいとされています。

## 食育だよ

### 「三角食べ」と「ぼっかり食べ」

和食には、ごはん・おかず・汁物をまんべんなく交互に食べる「三角食べ」という食べ方があります。三角食べをする、口の中でごはんやおかず、汁物が混ざり合い、無意識のうちに味つけの濃さを調整したり、味の幅を広げたりすることができます。これに対して、ごはんだけ、あるいはおかずだけなど一品ずつ食べていく食べ方を「ぼっかり食べ」といいます。ぼっかり食べをすると、途中でおなかがいっぱいになった場合、手をつけられない料理が出てきてしまいます。せっかくバランスのよい献立でも、手をつけられない料理が出てしまったら、栄養が偏ってしまいます。三角食べは、子どもの味覚を育てる理想の食べ方でもあります。園でも、三角食べの習慣が自然と身につくように、子どもたちの食べ方に目を向けていきたいと思ひます。

## 行事予定・献立

食材により献立が変更になる場合があります。  
園のお米は、岐阜県産「みのにしき」を使用しています。

日	曜	行事予定	献立表	未満児おやつ	午後のおやつ	以上児 Cal 未満児 Cal
1	金	中学生とのふれあい	チョコサンド コーンクリームシチュー マカロニサラダ ゼリー	プリン(卵抜き)	牛乳 バームクーヘン	695 605
2	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 366
3	日	文化の日				
4	月	振替休日				
5	火	イクウェル	白飯 マーボー豆腐 バンサンスー わかめスープ	バナナ	牛乳 サッポロポテト	621 477
6	水	命を守る訓練 発育測定 清潔検査	白飯 白身魚のフライ 竹輪と胡瓜の和え物 たまごスープ	ぶどうゼリー	アジドミルク 麩のラスク	696 649
7	木	英語であそぼう	黒糖ロールパン 牛乳 スパゲッティサラダ ささみフライ 白菜とチンゲンサイのスープ	オレンジ	お茶 焼きおにぎり	667 509
8	金	年長スイミング	白飯 厚揚げの甘酢あんかけ キャベツのゆかり和え にゅうめん汁	りんごヨーグルト	ジョア(マスカット) 鬼まん	609 550
9	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 366
10	日					
11	月	体操指導	白飯 炒り鶏 サツマイモのサラダ 豆腐と麩のすまし汁	ヤクルト 動物ビスケット	牛乳 ワッフル	640 585
12	火	七五三参り(天候を見て)	カレー風味きつね丼 もやしのサラダ 大根の味噌汁	りんご	アジドミルク ラスク	585 513
13	水		白飯 鯖の照り焼き 切干大根のサラダ 豆腐とほうれん草のかき玉汁	ぶどう	ジョア(プレーン) たご焼き	563 523
14	木		超熟ロールパン 牛乳 鶏の照り焼き ジャーマンポテト カレースープ	みかん	お茶 おにぎり	632 488
15	金	関有知高校保育実習	ウインナーピラフ レタスのサラダ ほうれん草のスープ	ピーチゼリー	牛乳 バナナケーキ	622 528
16	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 366
17	日					
18	月	体操指導	白飯 肉団子の酢豚風 ほうれん草のナムル りんごゼリー	オレンジ	牛乳 クラッカー	655 510
19	火	イクウェル	白飯 関東煮 キャベツのサラダ オレンジ	バナナ	牛乳 ホットケーキ	687 530
20	水	誕生会	鮭ごはん ポテトサラダ ソーセージのかき玉味噌汁	プリン(卵抜き)	牛乳 プチケーキ	762 659
21	木		食パン 牛乳 野菜コロッケ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	オレンジゼリー	ジョア(いちご) アメリカンドッグ	796 683
22	金	防火教室	カレーライス(シーフード) ポイルウインナー カルピスポンチ	いちごヨーグルト	アジドミルク 揚げパンスティック	793 718
23	土	勤労感謝の日				
24	日					
25	月	体操指導	白飯 栄養きんぴら 白菜のツナコーン和え りんご	ヤクルト ビスケット	牛乳 ミレーフライ	609 562
26	火		スタミナ丼 ほうれん草とハムの和え物 ほうとう汁	バナナ	牛乳 おにぎりせんべい	656 505
27	水		おしんごはん 蒸ししゅうまい たぬき汁 みかん	野菜ゼリー	ミルクプリン ぱりんこ	592 566
28	木	英語であそぼう	白パン 牛乳 ピーフシチュー スマイルポテト かに風味サラダ	ピーチヨーグルト	お茶 大学かぼちゃ	689 605
29	金		サツマイモごはん 鯖の西京焼き ブロッコリーの和え物 ぶどうゼリー	みかん	アジドミルク トースト(じゃこ)	603 540
30	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 366

## 12月の行事予定

変更する場合があります

2日 英語であそぼう	17日 イクウェル	24日 イクウェル
3日 命を守る訓練 発育測定 清潔検査	18日 誕生会	25日 クリスマス会
14日 ぼく、わたしの 生活発表会	19日 英語であそぼう	26日 年長もちつき
	20日 年長スイミング	27日 大掃除 終業式
	23日 体操指導	