

# 園だより (11月号)

令和2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。色とりどりの落ち葉や木の実など、秋は自然からのプレゼントがたくさんありますね。そんな中、子どもたちは個性を發揮しながら友だち関係を広め、「ごっこあそび」や「集団あそび」を楽しんでいます。関わりが広がる中で、遊びのルールを教えあったり、考えを出し合ったりする姿が増えてきました。また、お友だちのよいところや頑張りを認め、応援する姿も見かけます。

子どもたちが活発にいろいろな経験をする中で、子どもたちの「やってみよう！」という気持ちを感じます。そうした気持ちを保育者があたたかく受け止めながら見守っていきます。来月は発表会があります。それぞれの成長を感じる機会です。楽しみにしていただきね。季節の変わり目でもありますので、まずは体調を崩さないよう健康に留意しながら、充実した園生活を過ごしていきたいと思ひます。

- おしらせ おねがい**
- \* 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になりました。うがいと手洗いをしっかり行い、予防に努めましょう。うがいと手洗いは新型コロナウイルスの感染予防でもあります。保育園でも徹底していきます。
  - \* 4日(水)13:00から「内科検診」です。上服など、検診を受けやすい服装で登園してください。
  - \* 11日(火)～13日(金)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をします。
  - \* 16日(月)は、毎年子どもたちが楽しみにしている「移動動物園」(雨天中止)です。当初4月開催の予定でしたが、臨時休園により今月開催することになりました。ポニー、ヤギ、ヒツジ、ウサギなど、たくさんの動物がやってきます。子どもたちが動物たちとふれあったり、餌付け体験をしたりします。ニンジン、キャベツ、リンゴなどをスティック状にして持参してください。詳細は後日お知らせします。

**〇ほく、わたしの生活発表会** 12月12日(土)は生活発表会です。今年3歳以上児のみで行います。子どもたち一人ひとり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。新型コロナウイルス感染予防に努めて発表会を開催します。発表会を楽しみにしていただき、ご協力をお願いいたします。詳細は後日お知らせします。

**食育だより**

### 食べる量のムラは?

「昨日はたくさん食べたのに、今日はほとんど食べない…」子どもの食欲の波に頭を悩ませる保護者の方も多いと思います。食べる量にムラがあるのは、例えば、おやつを食べ過ぎていたり、あまり体を動かさなかったためにおなかがいっぱいになったりしているのかもしれませんが、「パサパサしている」など、食べにくさが関係していることもあります。そんなときは汁物をつけたり、調理法を変えたりして食べやすくする工夫が必要です。まずは理由を確かめ、それに合った対処をしましょう。また、食卓の雰囲気も食欲を左右しますので、「食べるって楽しい!」と思えるような明るい食卓づくりができるといいですね。

**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にと願い、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。

## 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	日					
2	月	命を守る訓練 発育測定、清潔検査	白飯 ごぼうと豚肉のカレー煮 小松菜とコーンのごま和え 豆腐とかまぼこのかき玉汁	ももヨーグルト	アメリカンドッグ フルーツ牛乳	682 516
3	火	文化の日				
4	水	内科検診 キッズダンス	白飯 とんかつ ごぼうのサラダ かぼちゃの味噌汁	オレンジ	キャラメルコーン 牛乳	681 524
5	木	英語教室	白パン 牛乳 ビーフシチュー レタスのサラダ りんご	ぶどうゼリー	おにぎり(鮭) お茶	692 571
6	金	年長スイミング	白飯 関東煮 ひじきの和風サラダ 柿	プリン(卵抜き)	ホットケーキ 牛乳	672 586
7	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 377
8	日					
9	月	体操教室	白飯 栄養ひじき 小松菜のツナ和え さつま芋の味噌汁	ぼりんこ ヤクルト	カップ DE ヤクルト	517 557
10	火	イクウェル	友禅ごはん 蒸しゆまい 豚汁 オレンジ	バナナ	ソフトせんべい 牛乳	650 510
11	水	キッズダンス	白飯 魚の南部焼き ハンサンスー 豆腐とわかめの味噌汁	ぶどうヨーグルト	動物ビスケット ジョア(いちご)	582 548
12	木	七五三参り(天候を見て)	黒糖ロールパン 牛乳 マカロニスープ 鶏肉のマーマレード焼き バナナ	ももゼリー	ミレーフライ 豆乳ココア	698 627
13	金		ウイナー-ピラフ プロコリーと大豆のサラダ コアアプラスヨーグルト	オレンジ	揚げせんべい 牛乳	683 530
14	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 377
15	日					
16	月	移動動物園	カレー風きつね丼 スパゲッティサラダ なるととすまし汁 ぶどうゼリー	プリン(卵抜き)	ドーナツ 牛乳	785 677
17	火	イクウェル	白飯 サバの味噌煮 けんちん汁 五色野菜のさっぱり和え みかん	いちごヨーグルト	トースト(じゃこ) ジョア(マスカット)	599 534
18	水	キッズダンス	食パン(ジャム) 牛乳 ハンバーグ フライドポテト コールスロー-サラダ	バナナ	おはき(きな粉) お茶	751 601
19	木	誕生会	ちらし寿司 プロコリーのサラダ にゅうめん汁	オレンジゼリー	プチケーキ アシドミルク(いちご)	797 729
20	金		白飯 鶏天 マカロニサラダ きのこと汁	ビスコ ヤクルト	おやさいせんべい アシドミルク	647 634
21	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 377
22	日					
23	月	勤労感謝の日				
24	火		カレーライス(ポーク) ポイルウイナー フルーツポンチ	りんごヨーグルト	柿のケーキ ジョア(プレーン)	733 646
25	水	キッズダンス	白飯 豆腐とほうれん草のかき玉汁 鮭のマヨネーズ焼き もやしのゆかり和え	りんご	たご焼き オレンジジュース	577 509
26	木		デニッシュ食パン 牛乳 魚フライ マカロニグラタン えのきともやしのスープ	野菜ゼリー	五平餅 お茶	737 612
27	金		白飯 鶏のから揚げ 中華風コーンスープ かぼちゃのサラダ	バナナ	ラスク アシドミルク	756 646
28	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			508 377
29	日					
30	月		スタミナ丼 さつま芋のレモン煮 豆腐となめこの味噌汁 みかん	プリン(卵抜き)	おとっと 牛乳	655 581

### 12月の行事予定

変更する場合があります

1日 命を守る訓練	12日 生活発表会	18日 年長スイミング
2日 キッズダンス	14日 体操教室	22日 イクウェル
9日 キッズダンス	15日 イクウェル	24日 英語教室
	16日 誕生会	25日 クリスマス会
	17日 英語教室	28日 大掃除・終業式