



令和3年度 下有知保育園

さわやかな秋風が吹く、気持ちのよい季節になりました。子どもたちは園庭を走り回ったり、遊具で遊んだり元気いっぱいです。また、室内では、興味のある絵本に夢中になったり、給食をもりもり食べたりと、楽しみがいっぱいです。

一年中で最も過ごしやすいこの時期に、子どもたちが意欲的に活動し、クラスの仲間意識を一層深めて成長できるよう子どもたちにしっかり目を向けて保育にあたりたいと思います。子どもたちの心と体が大きく育つことを願っています。



* 10月から衣替えです。朝夕は涼しくなってきましたが、日中は暑い日もあります。子どもは大人よりもはるかに新陳代謝が活発で汗っかきです。今日は半袖？長袖？と迷ったら思い切って半袖にしましょう。心配な方は、薄手の上着を着用するなどしてください。また、園においてある着替えの確認をお願いします。屋外での保育が多くなります。活動しやすい靴で登園してください。

* 園庭横の畑のサツマイモがそろそろ収穫時期を迎えます。いもほりの期日は、おいものでき具合や天候を見て決めます。どんなおいもができていのか？どんなふうにして食べるのか？とても楽しみです。

* 10日(日)の「下有知ふれあい公園オープニングセレモニー」で年長児がキッズダンスを披露します。お楽しみに。

* 23日(土)・24日(日)は「下有知ふれあい文化祭」(規模縮小で開催)です。年長児の作品を展示していただけます。

* 11月2日(火)は秋の遠足(10月22日から変更)です。2歳児以上は「百年公園」、0・1歳児は「下有知ふれあい公園」(ふれあいセンター北側)へ出かけます。お弁当の準備をお願いします。詳細は後日お知らせします。

新型コロナウイルス感染拡大防止について

* 「緊急事態宣言」が9月30日(木)まで延長されました。園児を守るために、岐阜県が呼びかけている「**基本的な感染防止対策(マスク着用、手指衛生、密回避、体調管理)**」に加え、**旅行・レジャーや普段合わない人との会食の中止など、人との接触を極力減らす「命を守る行動」**」を引き続きお願いいたします。

○10月2日(土)運動会について

* ご案内しましたように、2日(土)に「3歳以上児運動会」、29日(金)に「未満児運動会」を実施する予定であります。今後、「**非常事態宣言**」がさらに延長された場合は、**10月2日(土)の運動会を延期いたします**。延期の方法等については後日お知らせいたします。ご理解とご協力をお願いします。



インフルエンザに注意を！

秋から冬にかけては、インフルエンザの流行が始まるシーズンです。常にお子さまの体調を観察し、規則正しい生活と、十分な栄養で免疫力をつけておくことで予防しましょう。うがい、手洗い、加湿など、衛生面にも気をつけましょう。

もし風邪をひいてしまったら、栄養をとり、しっかりと体を温めて休むことが一番です。胃腸が弱っているので、油物や塩分の多い物、繊維質の物は避けましょう。おかゆ、卵とじうどんなど、体が温まり、のど越しのよい物と、お茶などの水分を少量ずつ何回かに分けて飲ませてあげましょう。

食育だより

根菜類は栄養満点！

サツマイモが夏の間にぐんぐんツルを伸ばし、葉っぱもとても大きくなりました。

サツマイモやレンコンなどの根菜類は栄養満点です。ビタミンE・B1/C、それにカルシウムも含まれたサツマイモは、カレーやサラダなどの他、おやつとしてスイートポテトやポテトフライにしてもおいしいですね。

レンコンも天ぷらや筑前煮の他、すりおろして野菜や肉を入れ、お好み焼き風にしてもおいしいですよ。秋の野菜をたくさん食べて、健康な体をつくりましょう。

10月には、待ちに待ったいもほりを行います。どんないもができていのか、どんなふうにして食べるのか、今からとても楽しみです。

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		白飯 魚の竜田揚げ じゃが芋の味噌汁 ほうれん草とハムの和え物	プリン(卵抜き)	ヨーグルト ばたばた焼き	5 2 5 5 3 4
2	土	3歳以上児運動会	土曜保育なし			
3	日					
4	月	命を守る訓練 発育測定、清潔検査	白飯 栄養ひじき 切りごま和え ソーセージのかき玉味噌汁	オレンジ	牛乳 ベジたべる	5 3 5 4 1 1
5	火	イクウェル 入園受付	栗ご飯 ちくわの磯部揚げ 小松菜のサラダ 茄子の味噌汁	りんご	豆乳(ココア味) ココナッツサブレ	5 4 0 4 8 9
6	水		白飯 魚の南部焼き かみかみサラダ 豆腐と麩のすまし汁	ぶどうヨーグルト	牛乳 バームクーヘン	6 4 8 5 3 4
7	木	英語教室	超熟ロールパン 牛乳 タンドリーチキン ポテトサラダ ビーンズスープ	ももゼリー	おにぎり(小松菜、 塩昆布) お茶	6 3 8 5 3 7
8	金	交通安全教室	白飯 切干大根の煮物 カニ風味サラダ さつま芋の味噌汁	バナナ	飲むヨーグルト ベルギーワッフル	6 1 5 5 1 1
9	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 9 4 3 6 9
10	日	ふれあい公園オープニング 年長児キッズダンス披露				
11	月		白飯 ちくわときゅうりの和え物 かぼちゃのそぼろ煮 豆腐となめこの味噌汁	ヤクルト ビスコ	牛乳 ミレーフライ	6 2 6 5 6 8
12	火		秋野菜のキーマカレー コールスローサラダ 国産ぶどうゼリー	オレンジ	ジョア(プレーン) 肉まん	6 7 6 5 7 4
13	水		白飯 鯖の味噌煮 ごぼうサラダ 豆腐とにらのかき玉汁	ぶどうゼリー	野菜生活 きな粉ポテト	6 2 3 5 5 8
14	木	下有知小就学時健診	白パン 牛乳 クリームシチュー フランクフルト バナナ	プリン(卵抜き)	野菜ジュース キャラメルコーン	6 2 6 5 7 6
15	金	年長スイミング	白飯 鶏のから揚げ パンサンスー 大根の味噌汁	バナナ	牛乳 原宿ドッグ	6 5 9 5 1 3
16	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 9 4 3 6 9
17	日					
18	月		白飯 マーボー豆腐 ナムル わかめスープ	ももヨーグルト	ジョア(プレーン) バナナ	5 3 4 4 9 4
19	火	イクウェル	五目ご飯 揚げ餃子 なるとわかめのすまし汁 柿	バナナ	プリンアラモード	6 4 1 5 3 5
20	水		食パン(ジャム) 牛乳 白身魚のフライ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	りんご	おのぎり(じゃこ、小 松菜) お茶	7 4 5 5 9 3
21	木	誕生会	ちらし寿司 蒸しゆうまい マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	野菜ゼリー	アジドミルク プチケーキ	8 2 1 7 1 6
22	金		白飯 味噌カツ レタスのサラダ きのこと汁	オレンジ	野菜ジュース バナナきな粉	6 6 5 5 6 8
23	土	下有知ふれあい文化祭	調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 9 4 3 6 9
24	日	下有知ふれあい文化祭				
25	月	体操教室	白飯 筑前煮 白菜のツナコーン和え かぼちゃの味噌汁	ヤクルト せんべい	牛乳 ジャムサンド	5 7 2 5 1 9
26	火		カレーライス チキンナゲット フルーツポンチ	オレンジゼリー	ジョア(マスカット) ビスコ	7 2 6 6 7 6
27	水		白飯 鮭のマヨネーズ焼き 小松菜の昆布和え きつね汁	りんごヨーグルト	アジドミルク かぼちゃのドーナツ	6 8 6 6 1 8
28	木	英語教室	チーズパン ハンバーグ ベイクドポテト えのきとまよしのスープ	プリン(卵抜き)	焼きおにぎり お茶	5 7 3 5 1 1
29	金	未満児運動会	チキンライス えびカツ キャベツのサラダ みかん	ももゼリー	野菜とりんごジュース 動物ビスケット	5 8 0 5 5 2
30	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			4 9 4 3 6 9
31	日					



○令和4年度の新入園児受付と現況調査の受付 10月5日(月)9:00～10:30です。この日が都合の悪い方は、関市役所子ども家庭課でも受け付けます。「入園案内」は保育園にもあります。