

園だより

令和4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。



* 1日(土)はうさぎ(年少)組以上の運動会です。子どもたちはダンスやチャレンジ、親子競技と、だいぶ気合が入ってきました。この行事が終わると、毎年クラスがまとまっていくから不思議です。おそらくみなで力を合わせる経験や、お父さんやお母さんたちからたくさん応援され、ほめてもらった経験が自信につながっていくのでしょう。どうか、当日はビデオ撮影にあまり専念しないで、子どもたちに大きな声援を送っていただいたり、周囲の人との交流を楽しんだりしてください。

* 29日(土)の未満児組運動会の詳細については、後日ご案内します。

* 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。

* 5日(水)は今年2回目の「交通安全教室」です。日が短くなり、早く暗くなります。交通安全に気を付けたいですね。

* 12日(水)は年長の「消防体験」です。関消防署へ行き、放水体験や消防車との記念撮影などを行います。

* 13日(木)は「秋の遠足」です。0歳児は保育園まわりのお散歩、1歳児は小倉公園(美濃市)、2歳児は美濃市運動公園児童広場、年少と年中はB&Gわくわくの森(富加町)、年長はファミリーパーク(岐阜市)へ出かけます。

お弁当の準備をお願いします。なお、13日(木)が雨天の場合は18日(火)へ延期し、18日(火)もお弁当の準備をお願いします。※13日(木)に遠足が実施できれば18日(火)は給食です。遠足の詳細は後日お知らせします。

* 22日(土)・23日(日)は「下有知ふれあい文化祭」(規模縮小で開催)です。年長児の個性あふれる力作を展示していただけます。ぜひ、ふれあいセンターへご来場ください。

* 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けるのかな？どんなふうにして食べるのかな？とても楽しみです。



10月10日は 目の愛護デー

10月10日は、1010の数字を横にして並べると目のように見えるため、「目の愛護デー」です。近ごろでは、読書やテレビ・ゲームなどにより視力の低下している子どもが増加しているそうです。休憩時間をとって目を休めたり、テレビを見たりゲームをおこなう時間を短くしたりして、目を大切にしましょう。

食育だより

お弁当のバランスは「3:1:2」が理想

ウインナーや卵などの主菜が多く、野菜などの副菜が少なくなりがちな、子どもたちのお弁当。バランス的には、ごはん：主菜：副菜＝3：1：2の割合で詰めるのが理想です。野菜が苦手な場合でも、野菜でお弁当箱を仕切るなどして、野菜がしっかり入るようにしたいですね。

おかずは、冷めると味が濃く感じられるものもありますので、薄味を心がけましょう。また、水分の多い調理法はお弁当に向かないため、どうしても揚げ物が多くなりがちですが、油を控えめに、野菜を多くするためにも、焼き物やホイル焼きはおすすです。

前の晩に下ごしらえをして、仕上げは朝おこなうようにすると、忙しい朝も、調理の手間を省くことができます。

○年長下有知小学校就学時検診 10月6日(木) 年長児は12:10には降園の準備をしています。

○令和5年度の新入園児受付と現況調査の受付 10月12日(水)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。

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	土	年少以上児運動会	土曜保育なし			
2	日					
3	月	命を守る訓練 体操教室 発育測定、清潔検査	ご飯 かぼちゃのそぼろ煮 もやしゆかり和え 豆腐とえのきのすまし汁	ぶどうゼリー	ミレーフライ 牛乳	567 502
4	火	イクウェル	ご飯 酢豚 パンサンデー わかめスープ	バナナ	星たべよ コアコア プラスヨーグルト	585 530
5	水	交通安全教室	ウインナーとエビのピラフ コールスローサラダ マカロニカレースープ りんごゼリー	プリン(卵抜き)	バナナきな粉 ジョア	607 598
6	木	英語教室 就学時検診	白パン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き 春雨サラダ トマトと卵のスープ	みかんヨーグルト	キャラメルコーン りんごジュース	604 549
7	金	年長スイミング	栗ご飯 ちくわのお好み揚げ 糸寒天サラダ そうめん汁	ビスコ ヤクルト	ブラウニー ジョア	660 621
8	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
9	日					
10	月	スポーツの日				
11	火	イクウェル	ご飯 魚の南部焼き キャベツの和え物 けんちん汁	みかん	ホットケーキ 牛乳	637 494
12	水	年長消防体験 入園受付	ご飯 マーボー豆腐 ブロッコリーの中華和え たまごスープ	ピーチゼリー	あげぼん(きな粉) ジョア	673 602
13	木	秋の遠足 お弁当の日	お弁当の用意をお願いします		遠足のおやつ	
14	金	誕生会	ちらし寿司 マカロニサラダ 焼き栗コロッケ 豆腐と麩のすまし汁	バナナ	プチケーキ アシドミルク	856 724
15	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
16	日					
17	月		牛丼 昆布豆 レタスのサラダ 豆腐と麩の味噌汁	りんごヨーグルト	おとっと 牛乳	663 555
18	火	遠足予備日(お弁当)	カレーライス(チキン) エビフライ フルーツポンチ	オレンジゼリー	ドーナツ アシドミルク	715 656
19	水		ご飯 鮭のマヨネーズ焼き(チーズ) 切り干し大根のサラダ ピーファン汁	バナナ	ポテコ 野菜生活	595 523
20	木	英語教室	超熟ロールパン 牛乳 ポテトコロッケ ブロッコリーと大豆のサラダ コンソメスープ	プリン(卵抜き)	天むすおにぎり お茶	675 593
21	金	年長スイミング	ソースカツ丼 ごほうサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	オレンジ	ラスク フルーツ牛乳	702 479
22	土	下有知ふれあい文化祭	調理パン 牛乳 ヨーグルト			494 369
23	日	下有知ふれあい文化祭				
24	月		ご飯 栄養きんぴら 蒸しゆまい かぼちゃの味噌汁 柿	みかん	動物ビスケット 牛乳	621 497
25	火	イクウェル	ご飯 カレー肉じゃが もやしのサラダ 豆腐とえのきの味噌汁	いちごヨーグルト	プリンアラモード	691 638
26	水	キッズダンス	ご飯 魚の照り焼き ブロッコリーのサラダ きつね汁	りんご	ウインナードッグ ジョア	649 552
27	木	英語教室	食パン(ジャム) 牛乳 りんご ポークビーンズ レタスのツナサラダ	バナナ	焼きおにぎり お茶	619 481
28	金		五目御飯 春巻き ほうれん草のごま和え 梨	野菜ゼリー	鬼まん 牛乳	621 515
29	土	未満児運動会	土曜保育なし			
30	日					
31	月		秋野菜のキーマカレー かぼちゃのサラダ みかん	ぶどうヨーグルト	おぼけパン 豆乳(ココア)	793 621

11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 発育測定 清潔検査	8日 エクウェル 9日 キッズダンス 10日 英語教室	16日 キッズダンス 17日 参観日 18日 誕生会	24日 英語教室 25日 年長スイミング 29日 イクウェル 30日 キッズダンス
2日 防災訓練 7日 体操教室	11日 年長スイミング 15日 イクウェル	21日 体操教室 22日 イクウェル	

