



令和5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。



\* 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。

\* 12日(木)の英語教室は外国人講師によるネイティブの授業です。毎回、子どもたちも大喜びです。今回はハロウィン特集です。ぜひ、ご家庭でお子さんと英語教室の様子を話題にしてみてください。

\* 14日(土)・15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。

\* 17日(火)・18日(水)は緑ヶ丘中学校、25日(水)・26日(木)は下有知中学校のいずれも2年生3名がキャリア学習の一環の職場体験で下有知保育園にやってきます。年中組と年長組に入って保育の仕事を経験してもらいます。

\* 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いるのかな？どんなふうにして食べるのかな？とても楽しみです。

\* 11月2日(木)に「秋の遠足」を予定しています。自然の中で秋見つけをしてきたいと思います。詳細は別途ご案内します。お弁当の準備をお願いします。予備日は8日(水)です。

○今年の運動会について

\* 過去3年間の運動会は、新型コロナウイルス感染予防のために各学年入れ替えて実施してきましたが、今年は内容を精選し、全学年が一同に半日で行います。概要をお知らせします。詳細は後日ご案内します。

○日 時 10月28日(土)8:30開会～12:00閉会 ※未満児は開会式後の早い時間帯で終了します。

○会 場 下有知小学校運動場

○参観人数 一家庭4名程度とします。園児が練習の成果を存分に発揮できる参観方法と新型コロナウイルス感染予防にご協力をお願いします。

○その他 ①来年度入園予定児の種目があります。②卒園児小学生の種目はありません。

\* なお、新型コロナウイルスの感染状況によっては実施方法を変更することがありますので、ご承知お祈りします。

食育だより

根菜類は栄養満点!

サツマイモがぐんぐんと大きくなりました。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、健康な体を作りましょう。

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いるのか、どんなふうにして食べるのか、今からとても楽しみです。



目の愛護デー(10/10)

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。

○年長下有知小学校就学時検診 10月5日(木) 年長児は12:10には降園の準備をしています。

○令和6年度の新入園児受付と現況調査の受付 10月11日(水)9:00～10:30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	日					
2	月	命を守る訓練 体操教室 発育測定、清潔検査	ご飯 栄養ひじき レタスのサラダ ソーセージのかき玉味噌汁	オレンジ	原宿ドック(メープル) 牛乳	6 4 1 4 8 5
3	火		蒲焼き丼 ご味噌汁 かぼちゃの味噌汁 青りんごゼリー	バナナ	ジョア(マスカット) ココナッツサブレ	6 2 8 5 7 2
4	水	キッズダンス	ご飯 マーボー豆腐 ナムル わかめスープ	りんごヨーグルト	まめびよココア カップチーズケーキ	6 5 6 6 5 4
5	木	下有知小就学時検診	超熟ロールパン 牛乳 コロッケ スパゲッティサラダ チキンスープ	ヤクルト せんべい	りんごジュース キャラメルコーン	6 7 3 6 4 2
6	金	年長スイミング	栗ご飯 ちくわの磯辺揚げ 小松菜の昆布和え 豆腐とあげの味噌汁	オレンジゼリー	フルーツ牛乳 ワッフル	6 4 0 4 8 3 4 9 4 3 6 9
7	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			
8	日					
9	月	スポーツの日				
10	火		ご飯 魚の南部焼き けんちん汁 ほうれん草と春雨の和え物 オレンジ	ヤクルト せんべい	ミレーフライ 牛乳	6 4 5 5 6 1
11	水	キッズダンス 入園受付	カレーピラフ イカのフリッター マカロニとツナのサラダ コンソメスープ	バナナ	ジョア(プレーン) 蒸しケーキ	7 9 9 6 6 5
12	木	英語教室(ネイティブ)	白パン 牛乳 白菜とチンゲン菜のスープ 豆腐入りハンバーグ キャベツのごまサラダ	ももゼリー	おにぎり(ゆかり) 麦茶	6 3 9 5 5 8
13	金	誕生会	ちらし寿司 焼き栗コロッケ スパゲッティサラダ 豆腐と麩のすまし汁	ヤクルト ビスコ	アジドミルク プチケーキ	9 0 2 8 2 4 4 9 4 3 6 9
14	土	下有知ふれあい文化祭	調理パン 牛乳 ヨーグルト			
15	日					
16	月	体操教室	ご飯 肉団子の酢豚風 パンサンデー 豆腐とコーンの中華スープ	ももヨーグルト	ジョア(いちご) 動物ビスケット	6 3 8 5 9 2
17	火	職場体験(緑中)	ゆかりご飯 ジャージャー麺 春巻き 青梗菜の中華和え ヨーグルト	バナナ	サボロポテト 牛乳	6 7 7 5 5 8
18	水		ご飯 サバの味噌煮 豆腐と椎茸のすまし汁 ごぼうサラダ りんご(ひよこ組はバナナ)	プリン(卵抜き)	野菜生活(紫) 柿のケーキ	6 5 9 6 1 1
19	木		食パン 牛乳 ポークビーンズ エビフリッター ブロッコリーのマヨネーズ和え	バナナ	焼きおにぎり 麦茶	6 7 5 5 2 9
20	金		友禅ご飯 さつまいもの天ぷら もやしの和え物 豆腐となめこの味噌汁	ぶどうゼリー	ベジタベる 牛乳	6 0 2 5 1 8 4 9 4 3 6 9
21	土		調理パン 牛乳 ヨーグルト			
22	日					
23	月	ダンス 体操教室	ご飯 豆腐の肉味噌かけ 小松菜のサラダ たぬき汁 梨	ぶどうヨーグルト	ジョア(プレーン) アメリカンドック	5 5 7 4 9 8
24	火		ご飯 鮭のもみじ焼き さつまいものレモン煮 豚汁 りんご(ひよこ組はバナナ)	ヤクルト せんべい	おとっと 牛乳	6 6 0 5 6 0
25	水	キッズダンス	秋野菜のキーマカレー エビカツ フルーツポンチ	プリン(卵抜き)	アジドミルク りんごのケーキ	7 3 4 6 9 6
26	木	職場体験(下中)	黒糖ロールパン 牛乳 鶏の照り焼き メキシカンサラダ 豆乳スープ(白菜・ベーコン)	野菜ゼリー	五平餅 麦茶	6 3 9 5 1 4
27	金		豚ひじきご飯 揚げ餃子 かこ風味汁 柿	ヨーグルト	バナナきな粉 牛乳	7 0 4 5 2 7
28	土	運動会	土曜保育なし			
29	日					
30	月		ご飯 鶏肉とピーマンの味噌炒め もやしのゆかり和え ワンタンスープ	ヤクルト かごビス	ジョア(いちご) おにぎりせんべい	6 1 4 6 0 5
31	火	ハロウィン	エビチキンピラフ 焼きキャベツメンチ かぼちゃのサラダ みかん	みかんヨーグルト	りんごジュース パンピングケーキ	7 0 1 6 5 2

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	7日 エクウエル	15日 キッズダンス	27日 体操教室
2日 秋の遠足	8日 遠足予備日	17日 誕生会	28日 エクウエル
3日 防災訓練	9日 英語教室	20日 親子行事(年長)	29日 キッズダンス
4日 秋の遠足	10日 年長スイミング	21日 親子行事(年中)	30日 英語教室
5日 防災訓練	13日 体操教室	22日 親子行事(年少)	