園だより 10月号

令和8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、遊具で遊んだりと元気いっぱいです。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もお願いします。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。

＊１日(木)の英語教室は９月10日に引き続きJon(ジョン)先生(アイルランド出身)によるネイティブの授業です。今回は子どもたちが大喜びの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。

＊10日(土)・11日(日)は「下有知ふれあい文化祭」です。年長児の子どもたちの個性あふれる力作を展示していただけます。ぜひ、お子様と一緒にご家族でふれあいセンターへご来場ください。

＊14日(水)・15日(木)は緑ヶ丘中学校２年生４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。年少組、年中組、年長組に入って保育の仕事を体験してもらいます。

＊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。

○運動会について　昨年と同様に全学年が一同に半日で行います。詳細は後日ご案内します。
○日　　時　10月31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
○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。

○11月5日(木)・10日(火)に「秋の遠足」を予定しています。 ５日(木)は、年中組～２歳児組がアクア・トトへ、０・１歳児組が小倉公園(予定)へ出かけます。０・１歳児組のみ雨天延期します。10日(火)は、年長組がレゴランドへ「親子遠足」に出かけます。思い出に残る楽しい遠足にしたいと思います。詳細は別途ご案内します。

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。

食育だより

お弁当のバランスは「３：１：２」が理想

11月は「秋の遠足」があります。お弁当の準備をお願いします。

子どもたちのお弁当は、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ですが、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。

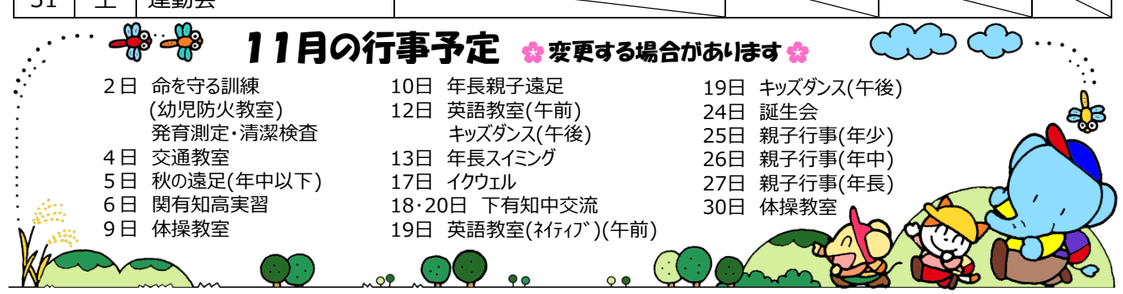
おかずは、冷めると味が濃く感じられるものもありますので、薄味を心がけましょう。また、水分の多い調理法はお弁当に向かないため、どうしても揚げ物が多くなりがちですが、油を控えめに、野菜を多くするためにも、焼き物やホイル焼きはおすすめです。

○年長下有知小学校就学時検診　10月１日(木)　年長児は12:30には降園の準備をしています。
○令和９年度の新入園児受付と現況調査の受付　10月９日(金)9:00～10:30です。
○お願い　30日(金)は、運動会準備のため、**午後５時30分までの降園に**ご協力をお願いいたします。

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「ハツシモ」を使用しています。

日	曜	行事予定	献立	未満児おやつ	午後のおやつ	以上児 Cal 未満児 Cal
1	木	英語教室(ネイティブ) 年長下有知小就学時健診	ロールパン　牛乳　鶏の照り焼き ポテトサラダ　白菜とウインナーのスープ	プリン(卵抜き)	ぶどうとリンゴジュース 動物ビスケット	６４３ ５６６
2	金	命を守る訓練 発育測定　清潔検査	ご飯　豆腐の肉味噌かけ パンサンスー　五目汁　梨	りんごヨーグルト	牛乳 柿のケーキ	６７０ ５３２
3	土		調理パン　ヨーグルト　牛乳			４８８ ３９０
4	日					
5	月	体操教室(午後)	ご飯　筑前煮　もやしのごま和え ソーセージのかき玉味噌汁	ピーチゼリー	牛乳 ピザトースト	６４５ ５３７
6	火	イクウェル	かみかみライス　揚げ餃子 切干大根のサラダ　白菜の味噌汁	バナナ	豆乳(ココア味) あげせん	５９７ ５２７
7	水		ご飯　豚肉と茄子の味噌炒め ちくわときゅうりの和え物　豆腐とわかめのすまし汁	ヤクルト せんべい	牛乳 ホットケーキ	６１６ ５２０
8	木	年長キッズダンス	蒲焼き丼　かぼちゃのそぼろ煮 きのこ汁	オレンジ	ソフールヨーグルト ぱりんこ	６５８ ５４８
9	金	年長スイミング　出張受付	ご飯　鶏肉のごま味噌焼き パリパリサラダ　豆腐とえのきの中華スープ	ぶどうヨーグルト	牛乳 原宿ドック	６２９ ５１２
10	土	ふれあい文化祭	調理パン　ヨーグルト　牛乳			４８８ ３９０
11	日					
12	月	スポーツの日				
13	火		ご飯　ごぼうと豚肉カレー煮 さつまいものレモン煮　なるとと麸のすまし汁	ぶどうゼリー	牛乳 サッポロポテト	５７３ ４７７
14	水	緑ヶ丘中職場体験	ご飯　鮭のマヨネーズ焼き キャベツのゆかり和え　なめことさといもの味噌汁	バナナ	ジョア(ストロベリー) オムレット	５３９ ４８１
15	木	年長キッズダンス	ソースカツ丼　レタスのサラダ そうめん汁　ヨーグルト	ヤクルト せんべい	牛乳 鬼まん	８３３ ７０６
16	金	誕生会　検尿	ちらし寿司　イカ天ぷら スパゲティサラダ　豆腐と麸のすまし汁	いちごヨーグルト	アシドミルク プチケーキ	８７６ ７６４
17	土		調理パン　ヨーグルト　牛乳			４８８ ３９０
18	日					
19	月	体操教室	ご飯　栄養ひじき　香り和え きしめん汁	オレンジゼリー	牛乳 バナナきな粉	５８３ ４８５
20	火		カレービラフ　えびカツ マカロニサラダ　りんご	ヨーグルト	ビタヨーグル ビスコ	６７１ ５１２
21	水		ご飯　鯖の煮つけ　ほうれん草とハムの和え物 豆腐となめこの味噌汁	バナナ	ジョア(プレーン) おっとっと	５１２ ４５８
22	木	年長キッズダンス	食パン　牛乳　豆腐入りハンバーグ コールスローサラダ　トマトと卵のスープ	ヤクルト せんべい	焼きおにぎり お茶	７１７ ６００
23	金		栗ごはん　鶏天 もやしの和え物　豆腐とえのきの味噌汁	オレンジ	牛乳 ジャムサンド	６０１ ４５３
24	土		調理パン　ヨーグルト　牛乳			４８８ ３９０
25	日					
26	月	運動会総練習 年長キッズダンス・体操教室	スタミナ丼　かぼちゃのコロッケ 小松菜の昆布和え	野菜ゼリー	牛乳 こつぶっこ	６７１ ５４０
27	火		カレーライス(きのこ) チキンナゲット　フルーツポンチ	ヨーグルト	野菜生活(緑) マカロニの安倍川	６８９ ６１２
28	水		ご飯　魚の南部焼き ひじきの和風サラダ　五目味噌汁	バナナ	牛乳 フライドポテト	６３６ ５０６
29	木	検尿予備日	わかめごはん　関東煮 ブロッコリーサラダ　オレンジ	ヤクルト せんべい	ジョア(ストロベリー) かっぱえびせん	４７６ ４６２
30	金	17:30までに降園	ウインナービラフ　パンプキンシチュー ポケモンチーズ	オレンジ	アシドミルク カップケーキ(パンプキン)	６５８ ５８４
31	土	運動会				

11月の行事予定　変更する場合があります

２日　命を守る訓練
　　(幼児防火教室)
　　発育測定・清潔検査
４日　交通教室
５日　秋の遠足(年中以下)
６日　関有知高実習
９日　体操教室
10日　年長親子遠足
12日　英語教室(午前)
　　キッズダンス(午後)
13日　年長スイミング
17日　イクウェル
18･20日　下有知中交流
19日　英語教室(ﾈｲﾃｨﾌﾞ)(午前)
19日　キッズダンス(午後)
24日　誕生会
25日　親子行事(年少)
26日　親子行事(年中)
27日　親子行事(年長)
30日　体操教室