

4月 えんだより

令和6年度 大野保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。いよいよ新年度のスタートです。
 新入園児、在園児ともに新しい生活環境になります。一日でも早く慣れてもらえるように職員一同、準備をすすめてきました。お子さんが泣いている姿には、不安を感じられると思いますが、日一日と慣れていきますので、あたたかく見守っていただけたらと思います。私達職員は保育方針である『元気な子ども・仲の良い子ども・考える子ども・生きる力を持った子ども・身辺処理のできる子ども』を胸に気持ちを新たに、目標に向かって努力してまいります。どうぞ宜しくお願いします。

今月の目標 入園・進級に期待を持つ



- おたんじょうびおめでとう
- くどうななみちゃん 5歳
 - こだまけんたろうくん 4歳
 - みやのひなたちゃん 3歳
 - なりたしおりちゃん 3歳
 - たけうちあいるくん 2歳
 - みかみゆうとくん 1歳
 - なるみいおちゃん 1歳



～*～*～*～* 職員紹介 *～*～*～*～

園長	工藤暁子
主任	奥崎美智子
さくら組 (5歳児)	沼田奈津子
ゆり組 (4歳児)	松田明子
ばら組 (3歳児)	小濱幸美
すみれ組 (2歳児)	長内智恵
	酢谷佳小里
たんぼぼ組 (1歳児)	藤嶋千佳子
	菊池祐菜
つくし組 (0歳児)	鳥山要子 (旧姓 敦澤)
フリー保育士	西田奈津美
フリー保育士	山口のみ子
フリー保育士	一戸まなみ
看護師	森裕美
調理師	須藤理美子
栄養士	櫻井美幸
調理員	肥後貴和子
事務	村上峰子
一年間よろしく願います	
～～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*～*	
第三者委員会 (オンブズマン) 三浦良子さん	

今月の予定

- 1日 (月) 始業式
 - 6日 (土) 「入園式」「保護者会総会・クラス懇談会」
 - 9日 (火) 歯科健診午前 (秋谷久美子先生)
 - 10日 (水) 避難訓練
 - 18日 (木) お誕生会
 - 20日 (土) 保護者会役員会①
 - 25日 (木) 内科健診午後 (嶋中義人先生)
- ※お誕生会は毎月行います。



おねがい

- ★園からの手紙・配信は必ず目を通してください。帰宅後は、カバンの中身を確認して下さい。
- ★持ち物・衣類には、忘れずに名前を記入して下さい。(大きく分かりやすく)
- ★集金袋・薬と使用届けは、必ず保育士に手渡しをお願いします。(集金袋は月～金の朝にお願いします)
- ★欠席や9時過ぎの登園、延長保育、保護者以外の送迎の際は忘れずに連絡して下さいをお願いします。
- ★提出物は期限内に遅れないようにお願いします。分からない事・不安な事がありましたらお気軽にお尋ね下さい。



ほけんだより

- ★新年度のスタートでは、新入園児も在園児も、保育室や担任が変わるなど環境の変化に戸惑うことがあります。今までしていなかった指しゃぶり、爪かみ、どもり、チックなどが見られたら、何か不安な気持ちになっているかもしれません。いつもよりスキンシップを十分にとって安心させてあげましょう。
- ★保育園では乳幼児が集団生活をするため、子ども達の周りで流行する感染症の種類も多く容易に感染します。体調に変化が見られたら早めの受診をして下さいますよう、ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

お知らせ

- ・ホームページではお子さんや保護者の方の画像を掲載することがあります、ご都合の悪い方はお知らせ下さい。
- ・延長保育は、月曜日～金曜日の18:00～20:00となっておりますが、19:00以降延長保育児がいない場合は、保育園の電話は園長・主任の携帯電話に転送になります。
- ※開設時間外の早朝(7:00前)や土曜日の18:00以降、日曜・祝日の電話対応はできませんのでご了承ください。



4月 こんだて

2024年度

大野保育園

日	曜日	行事	献立名	主な材料	おやつ
1	月	始業式	いわしの梅煮 添え大根 パナナ ひじきと野菜の白和え みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・わかめ)	いわしの梅煮(冷) 大根 豆腐 ほうれん草 ひじき 人参 干し椎茸 じゃが芋 玉ねぎ わかめ	牛乳 お菓子
2	火		擬製豆腐 ブロッコリー チーズ りんご マカロニサラダ ウインナー オニオンスープ	たまご 鶏ひき肉 豆腐 ほうれん草 干し椎茸 人参 チーズ ウインナー ブロッコリー ソーセージ きゅうり マカロニ 玉ねぎ ベーコン	ヤクルト お菓子
3	水		十和田バラ焼き 果実缶 白菜のツナサラダ 大根スープ	味付け豚バラ肉 玉ねぎ 焼き肉のたれ 白菜 きゅうり ツナ 大根 人参 万能ねぎ ベーコン	牛乳 お菓子
4	木		枝豆シチュー チーズ 豚肉と春雨の甘辛炒め 牛乳 パナナ	鶏もも肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 枝豆(冷) チーズ 豚肉 春雨 たらこ	牛乳 イギリストースト
5	金		肉じゃがコロッケ 添え野菜 トマト オレンジ ほうれん草のなめ茸和え みそ汁(えのき・人参・豆腐)	肉じゃがコロッケ(冷) キャベツ トマト 人参 ほうれん草 なめ茸 えのき 豆腐	牛乳 お菓子
6	土	入園式	お弁当 牛乳		
8	月		さばの塩焼き 大根おろし 果実缶 すき昆布の炒め煮 みそ汁(さつま芋・玉ねぎ・ねぎ)	さばの塩焼き(冷) 大根 すき昆布 豚肉 人参 干し椎茸 糸こんにゃく さつま芋 玉ねぎ 万能ねぎ	牛乳 お菓子
9	火		中華オムレツ ブロッコリー チーズ フルーツゼリー 大根のそぼろあんかけ ポテトスープ	たまご 豚ひき肉 たけのこ たらこ 椎茸 人参 生姜 チーズ ブロッコリー 大根 万能ねぎ じゃが芋 玉ねぎ ベーコン	牛乳 お菓子
10	水	避難訓練	豚肉のピカタ 添え野菜 トマト オレンジ 小松菜のしらす和え みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	豚肉 パセリ たまご キャベツ 小松菜 トマト 粉チーズ 人参 しらす なめこ 豆腐 長ねぎ	牛乳 お菓子
11	木		チキンカレー チーズ ウインナー スパゲティサラダ 牛乳 パナナ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 チーズ スパゲティ きゅうり ソーセージ ウインナー	野菜ジュース カステラサンド
12	金		春巻き ブロッコリー トマト りんご 豚肉と春雨のねぎ塩炒め たまごスープ	春巻き(冷) ブロッコリー トマト 豚肉 春雨 長ねぎ 木耳 キャベツ 人参 たまご わかめ	牛乳 お菓子
13	土		チャーシューラーメン ゆでたまご わかめサラダ フルーツゼリー	生中華麺 焼き豚 味付けメンマ たまご 万能ねぎ レタス きゅうり わかめ	バナナ お菓子
15	月		赤魚の唐揚げ 添え野菜 オレンジ 炒り豆腐 みそ汁(キャベツ・人参・油揚げ)	赤魚(冷) 唐揚げ粉 キャベツ たまご 豆腐 ちくわ 豚ひき肉 人参 干し椎茸 笹がきごぼう 油揚げ	牛乳 お菓子
16	火		親子煮 チーズ フルーツゼリー 大根とわかめのサラダ みそ汁(もずく・豆腐・ねぎ)	たまご 鶏肉 玉ねぎ しめじ 人参 グリンピース 大根 わかめ ツナ ポン酢 もずく 豆腐 万能ねぎ チーズ	ソファール お菓子
17	水		枝豆ひじきの鶏だんご ブロッコリー トマト 小松菜の塩昆布和え 白菜スープ パナナ	鶏ひき肉 はんぺん 枝豆(冷) ひじき ブロッコリー トマト 小松菜 もやし 塩こんぶ 白菜 人参 ベーコン	牛乳 お菓子
18	木	お誕生会	ピラフ 手作りハンバーグ ブロッコリー 人参グラ フライドポテト キャベツとたまごのスープ もも	白米 ピラフの素 豚ひき肉 玉ねぎ ブロッコリー 万能ねぎ たまご 人参 フライドポテト(冷) キャベツ ベーコン	牛乳 ココアドック
19	金		ハムチーズフライ 添え野菜 果実缶 もやしともずくのナムル みそ汁(大根・人参・油揚げ)	角ハム チーズ たまご パン粉 キャベツ もやし もずく 人参 きゅうり 大根 油揚げ	牛乳 お菓子
20	土		きつねうどん ゆでたまご ハムサラダ フルーツゼリー	うどん 味付け油揚げ かまぼこ 万能ねぎ たまご レタス きゅうり ロースハム	バナナ お菓子
22	月		さんまの生姜煮 添え大根 パナナ ひじきの炒め煮 みそ汁(きのこ・人参・ねぎ)	さんまの生姜煮(冷) 大根 ひじき 豚肉 枝豆(冷) 糸こんにゃく 干し椎茸 しめじ えのき 人参 万能ねぎ	ジョア お菓子
23	火		三色そぼろ丼 チーズ 果実缶 春雨の中華サラダ みそ汁(わかめ・豆腐・ねぎ)	鶏ひき肉 たまご ほうれん草 人参 チーズ 生姜 木耳 春雨 きゅうり ソーセージ 豆腐 わかめ 長ねぎ	牛乳 お菓子
24	水		豚肉の厚揚げ巻 添え野菜 オレンジ ほうれん草のごまマヨ和え きのこスープ	豚肉 厚揚げ キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 人参 ツナ 白ごま えのき しめじ ベーコン 万能ねぎ	牛乳 お菓子
25	木		ハヤシライス チーズ ジャーマンポテト 牛乳 パナナ	豚肉 玉ねぎ マッシュルーム グリンピース チーズ じゃが芋 パセリ ウインナー	牛乳 ホットケーキ
26	金		鶏のから揚げ 添え野菜 フルーツゼリー かぼちゃとチーズのサラダ みそ汁(厚揚げ・野菜)	鶏肉 りんご キャベツ かぼちゃ(冷) チーズ きゅうり 生姜 厚揚げ 大根 人参 えのき 笹がきごぼう 長ねぎ	リンゴジュース お菓子
27	土		五目あんかけラーメン ゆでたまご もやしの中華サラダ フルーツゼリー	生中華麺 豚肉 白菜 人参 たけのこ なるど 木耳 たまご もやし きゅうり ソーセージ	バナナ お菓子
30	火		かに玉あんかけ ブロッコリー チーズ オレンジ ほうれん草のごま和え 大根と豚肉のスープ	たまご カニフレーク 長ねぎ 干し椎茸 グリンピース チーズ ブロッコリー ほうれん草 白ごま 豚肉 大根 人参 わかめ	牛乳 お菓子



【給食室から】 ※都合により、メニューが変更になる場合があります。

ご入園、ご進級おめでとうございます

やわらかな春の日差しの中、新年度が始まりましたね。

新しいクラスで、ドキドキ・ワクワクした気持ちがあふれている子ども達の健やかな成長を願い

給食室では、旬の食材を使った安全でおいしい給食を提供してまいります。

お友達と一緒に食べる給食を通し、食との出会いを大切に、楽しい給食時間になりますように





食育だより

令和6年度
4月号



新年度を迎え、新しい生活が始まりました。子どもたちがはつらつとした毎日を送るためには「早寝・早起き」で生活リズムを整え、毎朝きちんとごはんを食べることが大切です。気持ちよく目覚め、落ち着いて朝ごはんが食べられるよう、習慣をつけていきたいですね。

そろえてバランスのよい食事を！

「三色食品群」を知っていますか？ 私たちが食べているすべての食べ物は、栄養素やその働きによって、3つの食品群に分けられます。

赤

体動かす エネルギー源

元気にあそんだり、考えたりするためのエネルギーの源になる食材。不足すると、ぼーっとして、あそびに集中できません。

黄

体の調子を 整える

ウイルスなどへの抵抗力、免疫力を高めて病気を予防します。また、便通をよくして、体の調子を整えます。不足すると疲れがとれない状態になり、病気にもかかりやすくなります。

赤

血や筋肉など、 体を作る源に

筋肉や血液、骨、髪の毛など、体を作り、大きくします。不足すると、骨折や怪我をしやすくなったり、筋力が弱くなり、疲れやすくなったりします。

黄色=主食、赤色=肉や魚のメインディッシュ、緑色=野菜などのサイドメニュー。いつものメニューに不足している食材をプラスすることで、バランスのいい食事になりますよ。

朝ごはんを食べて元気な一日に！

「目覚ましごはん」という言葉を知っていますか？朝ごはんを食べると、頭と体、そして腸にも目覚めのスイッチが入るのです。

温かいみそ汁の香りや目玉焼き、サラダの色は「おいしそう」と五感を働かせて脳を刺激します。

パンやごはんは集中力や記憶力を高め、おかずとなる卵、肉、大豆製品は体温と活力を高めて快便を促します。

そしてなにより、家族と一緒に食べることが大切。朝の家族の笑顔が、一番の栄養になるのです。



元気もりもりになる朝ごはんをみんなで続けていきましょう。



アレルギーや花粉症予防に春野菜を！



春野菜といえば、新キャベツ、グリーンアスパラ、なのはな、スナップエンドウ、たけのこ、せり、ふき、うどなど。

鮮やかな緑色をしていたり、芽吹きの特徴的な香りがしたりなど、春の訪れを感じさせる物ばかりです。

緑色が濃いものは、ビタミンC、β-カロテンなどが豊富。独特の苦みや香りがある物は強い抗酸化力のあるポリフェノール類を含みます。

これらは、免疫力をアップさせて、アレルギーや花粉症予防にもおすすめです。