

2026

園だより



ArteKodomotoKi

10

社会福祉法人 種の会
幼保連携型認定こども園
アルテ子どもと木幼保園
〒164-0001 中野区中野1-59-5
Tel 03-3365-0602



ホームページ



Instagram

お知らせ

- ・ 防犯対策として門の暗証番号を 10 月 1 日（水）に変更致します。変更後にチャイルドケアウェブのメールにて新番号を連絡しますので、確認してください。
- ・ 9 日（金）15 時から運動会の準備をします。保育者が準備に参加できるよう、可能なご家庭は早めのお迎えにご協力をお願い致します。
- ・ 動きやすい服装での登園にご協力をお願いいたします。
スカートやフリルの多い服は、遊具に引っかかりたり、お友達が踏んでしまったりすることで、思わぬけがにつながる場合があります。
また、誕生会や行事の日も、その後の活動や園生活を安全に楽しめるよう、動きやすい服装での登園にご協力をお願いいたします。

October 10 2026						
sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
				1 全体練習	2	3
4	5 音楽あそび 発育測定	6 全体練習	7 園見学会	8 全体練習	9	10 運動会 2歳～5歳参加
11	12 スポーツの日	13 音楽あそび	14 全園児健診 園見学会	15 運動あそび 地域サーキット	16	17
18	19 音楽あそび 園見学会	20 避難訓練	21 0歳児健診	22 運動あそび	23	24
25	26 音楽あそび	27 誕生会	28 園見学会	29 運動あそび	30 ハロウィン 公演	31

青字※地域サーキット、園見学相談会は地域にお住まいのご家族への子育て支援として開催しています。

今月のテーマ：運動会にむけてのエピソード／0・1 歳アト組は遊びの中のエピソードです。



青空いっぱい広がるうろこ雲に秋らしさを感じます。涼しく動きやすいこの季節は「スポーツの秋」でもあります。日本の運動会は、運動能力を競うだけでなく、みんなで力を合わせて一つのことをやり遂げる協調性を大切にする日本独特の文化的な行事です。友だちと協力する喜び、思い通りにならない経験や葛藤を通して人と関わる力を学ぶ場でもあります。

運動会プログラムは、長年運動遊びを研究してきた創始者片山喜章が開発した「種の会メソッド」です。子ども達が受け身で行うのではなく、主体的に取り組むことを目指しています。自ら挑戦する姿、悔し涙を流す姿、そのすべてが一人ひとりの成長の証です。結果だけでなく、当日へ向けてのプロセスを大切にし、「その子らしさ」を見守り、成長を分かち合う運動会にしたいと思っています。

園長 山田寿江

種の会メソッドって、どんな運動会？

年長児を先頭に子ども達だけで入場しますので、会場から大きな応援の手拍子をお願いします。U字コースが特徴的な「かけっこ」は、年長児からスタート、走る順番は自分のタイミングで決めます。

2・3歳は、友だちと協力する「協技」で、4・5歳は、チーム対抗の「競技」です。年長のマット取り競争は、作戦会議も見どころです。

年少の「ミニパラ」は年長児の見本動画を、年中の「パラバルーン」は先生達の演技動画を繰り返し視聴して、やりたい！の気持ちを高めます。実際やってみると振り付けをしっかりと覚えていて、年中児は次に自分達の演技動画を見て、より良くなるように意見を出し合い当日を迎えます。年長の「組体操」は「どこでもいい、誰とでもいい」を合言葉に、組み合わせとポジションをその場で、自分達が決めます。人数合わせもその時々で対応できるように練習を重ねていきます。主張したり譲ったり、時に意見がぶつかることもあります。その経験こそが仲間との関係を深め、相手を思いやる力や判断力を育ててくれます。



心を育む食育 ～上手いかないことが糧となれ～

実り豊かな秋です。今年は、年長クラスで稲作に挑戦しました。黄金色になった稲でしたが、収穫前に鳥に食べられてしまい、実がずかすかになってしまいました。網をかければ良かったと後悔の念に駆られます。食材の色や形を見て、手で触れ、香りを感じ、味わい、食卓を楽しむ。五感を刺激する経験一つ一つが、食を営む力を育くみ、豊かな心を育むと考え、次につなげていきたいと思っています。

よく遊び、お腹をすかせて食事に向かい、満たされて眠りにつく。食べることを楽しみ、人とのつながりや季節の豊かさを感じられる食環境をこれからも大切にしていきたいと思っています。

安心できる人や環境

主幹教諭：中村

9月から乳児等通園支援事業が始まりました。

1、2歳児クラスに毎日1～2名のお子さんが、遊びに来ています。初めての集団生活で、涙をみせるお子さんもいますが、クラスの友達が“大丈夫だよ”というように傍で遊んだり、声をかけたりしています。又、0歳児クラスでは、特定の大人との愛着関係が育まれている証拠である“人見知り”をする様子もみられます。普段あまり関わりがない人が来ると、ピタッと動きが止まり目をそらしたかと思えば、なんだか気になってジーっと様子を見るなどしています。

家族で過ごしていた環境から、集団で過ごす環境に変わり、不安でいっぱいの子どもたちです。しかしたくさん友達や保育者と過ごしているうちに、少しずつ自分で気持ちを切り替えよとするなど、楽しいと思える事を探しています。

“安心”がある事で、様々な事に興味関心を持ち学んでいきます。子どもが思いっきり活動したり、経験したりできるよう、安心できる場所を作っていきたいと思います。



5歳ナノ組の5さいと6さいの違い

主幹教諭：黒木

勝ち負けのある“マット取り”は子ども達に人気の運動会競技です。試合と試合の間の作戦タイムは輪になって真剣に話合っています。

Aさん「昨日勝った理由は、マットを重ねて押さえたからだよ！Bくんが上に乗ったからね！Bくんは重いんだよ、6歳だし……、だからBくんが休んだら負けちゃうと思うよ」

Cさん「私はね、計算しながらマット取ってるのよ。1枚取ったらそのマットを頭の中にしまって点数を思って、次のマットを取ったらまた頭の中にしまうのよ。負けてるなーって思ったら、50点のマット取ってーって叫んでるの」計算を頭の中で考えていることに驚くと「だって6歳だし」と言います。



Dくん「重いマットは人気だから軽いマット3枚を狙ったんだよ、作戦はね、ぼくとEくん考えてるんだよ、6歳だから……」

すると、不服そうにFくんが話しはじめました。

Fくん「ぼくは5歳だけど力強いし、ちゃんと50点と50点のマットをとる作戦をたててるよ！頭の中にブワァーって浮かんできて計算してるんだ！毎日毎日マット取りの夢をみて、頭の中で計算して、もうたまらないんだよ～」

同じクラスの中でも6歳の誕生日迎えた子どももいれば、そうでない子もいて、それをマット取りで意識していることが、これまでにない面白い発想だなと思って聞いていました。

表紙の絵

5歳ナノ組のさらさんが描きました。夏休みにイルカを見に行った思い出から貝のネックレスをイメージしています。この絵は制作中のカレー皿のデザイン画として描かれました。素敵なお皿の完成が楽しみです。



0 Ato

ばあ

ジャンボクッションから始まり、トンネル、階段、滑り台など様々なサーキット道具を用いて運動遊びを行っています。最初はジャンボクッションに触れるところから、少しずつ運動遊びに慣れてきました。今では滑り台のように階段を上って頂上で立ったり、頂上で態勢を変えて滑ったり、重いマットを片手で押してできた隙間を通ったりと、子ども達一人ひとりが自分なりの楽しみ方を見つけながら、全身を使って動いています。最初の頃はサーキット用具を出しても遠くから見ていただけだった S くん。今ではお集まりをしている最中にサーキット道具が準備され始めると一目散にサーキット道具の所へ向かい、笑顔で遊び始める姿があります。マットでできたトンネルの外と中で M さんと A くんは「ばあ」と言い合っていました。楽しそうに笑いながら二人でトンネルの中に入り、家に見立てて座ると、顔を見合わせながらお互いを指さしてみたり、「ぺちゅぶちゃ」「だー」などと話をしたりする姿もありました。これからも、子どもたちの成長や興味に合わせたサーキット用具を取り入れ楽しく身体を動かしていけたらと思います。



友達っていいね

0歳アト組の子ども達は、少しずつ友達を意識し、一緒に遊ぶ姿が増えてきました。トンネルとボールを出して遊んだある日のこと。SくんやYくんが大きなボールを片手で持って投げている様子を見ていたRくん。大きなボールを、片手でつかもうと指先が黄色くなるくらい力を込めていましたが、持つことができず悔しそうな表情を見せていました。小さいカラーボールに持ち替えると片手で持って投げられる為、保育者の顔の前に持っていき、見せてくれました。トンネルでは一人で通る時は静かに通るKくんですが、トンネルの中にMちゃんやSくんがいないと「キヤッキヤ」と声をあげて笑いながら何度もトンネルをくぐっていました。トンネルの中ではみんなで座り、顔を見合わせながら「だだー」「でで」「あ！」と話したりお互いに指さしたりして楽しむ姿もありました。言葉でのやり取りはなくても子ども達なりに何かを伝えあっているように感じました。

1 Ato

できることが増えたね

9月は台風の影響で外に出られず……そんな日はサーキットで身体を思いっきり動かしています。サーキットの音楽が聞こえてこないかな～というように、耳に手を当てながら待ったり、友達に「がんばってー」と声をかけたりする姿に成長を感じています。子ども達も応援されることで喜びを感じ、お互いを称えるかのように拍手をして楽しみながら進むことができます。

ユニットは2つのコースから選べるようになっています。ジャンプしたいのか、ゆっくり下りたいのか、そのユニットになるとどちらに進もうか考えて、自分で選択しています。自分で選んだからこそ出来たときの達成感や満足感を得られているようです。



気持ちを言葉にしてみると

サーキットの活動をしている中で子ども達が同じタイミングでユニットに到着することがあります。手で押したり、手のひらで叩いたりするなど気持ちを行動で表すことが多い年齢です。それでも、“言葉で伝える”ということを繰り返し丁寧に伝えています。



この日も同じユニットに到着したRちゃんとAちゃんはこの後どうするのかなと思っていると、Rちゃんが「Aちゃんすーすんで」とひと言伝え、Aちゃんはその声に反応し先に進みました。様子を見ていて気付いたことは、本当は自分が先に行きたいと思っているのに、譲ることにしたRちゃん。のぼった先で二人は目配せして微笑み合う姿がありました。まるで目配せで「ありがとう」と言っているかのようでした。

トラブルになりそうな時に、すぐ介入するのではなく、子どもの表情や放った小さなひと言を大切に、思いを汲み取りながら言葉にすることの楽しさ、伝わった時の嬉しさを子ども達と共有していきたいと思います。

2 Pico

失敗じゃないよ、もう一度

今秋、いよいよ初めての運動会に参加します。

2歳児は、友達とペアになり、かごを一緒に持って、数個のボールを運びます。誰とペアになるかは、その時になってのお楽しみ。それぞれが椅子に座り、隣り合った友達とスタートします。

この日は、RさんとHくんがペアになりました。

「よーい、どん！」の合図で2人は一緒にスタート。ところが、Rさんはかごを持たずにボールの方へ一目散。Hくんは、かごを持ったまま「どうしよう？」と戸惑った表情を見せます。

協議が終わると、Rさんが「失敗しちゃった」と悲しそうにひと言。

でも、それは失敗ではありません。

その後、2人は友達がやっている様子をじっと見て、最後にもう一度挑戦することに。Hくんが「次は頑張る」Rさんが「頑張ろうね」と。

今度は2人でしっかりとかごを持ち、「よーい、どん！」。

先ほどとは打って変わって、2人で息を合わせながら慎重にボールを運んでいきます。終わった後は「できた！」と2人で喜びます。

ペアは毎回変わるので、そのたびに生まれるドラマも違います。片方が先に走って行ってしまったり、隣のレーンのかごにボールを入れてみたり……。大人から見ると「違うよ」と伝えたくるような姿も、2歳児ならではのかわいらしい姿です。



走るのって楽しい！

2階ホールでのかけっこに挑戦しました。

これまでにやった場所よりも広く、曲がるコーナーもしっかりあります。いつもと違う雰囲気、なんだかドキドキです。まずは5歳さんが走ります。名前を呼ばれると、「はい！」と大きな声で返事をし、「よーい」の掛け声が聞こえると、足を後ろに引いて、走る準備。その姿を、2歳さんはじっと見ています。ピコ組の番になりました。名前を呼ばれると、「はい！」と元気に手を挙げ、枠の中へ。「よーい」の声が聞こえるとさっき見ていた5歳さんを真似して、足を後ろにスッと引きます。「どん！」合図とともに、ゴールに向かって一生懸命走ります。もちろん、コーナーを曲がらず、そのままゴールに向かって走っていったり、名前を呼ばれると、隣の友達の枠に立ってしまったという姿もあります。

毎日のように「かけっこしたい！」という声が聞こえるほど走ることが大好きなピコ組。一つひとつの経験を楽しみながら運動会にも参加してほしいです。

3 Nano

よーいどん！

運動会に向けて、かけっこの練習を頑張っています。名前を呼ばれると元気よく立ち上がり、保育者の「よーい、どん！」の合図に合わせて勢いよく走り出す子ども達。張り切って参加する中でも、SさんとRさんの「よーい」のポーズがとても格好よく、ひときわ目を引いていました。

お集まりの時間に二人の姿を紹介すると、その姿に刺激を受けた子ども達は、みんなで「よーい」のポーズを練習し始めました。その後のかけっこでは、自分なりの「よーい」を楽しんでいます。両手を前に出したり、手がピースになっていたり、同じ手と足が前に出ていたり、個性あふれるポーズで意欲的に取り組んでいます。本番では、子どもたちの気合いの入ったスタートポーズにもぜひご注目ください。



憧れのミニパラバルーン

運動会に向けて取り組んでいるミニパラバルーンでは、5歳さんが作ってくれた見本の動画を繰り返し見てきました。「動画を見るときはお話をしないで静かに見ようね」と声をかけると、じっと画面を見つめたり、笑顔で目を輝かせたりと、様々な表情を見せる子ども達。動画を見終えた後に感想を聞くと、

Yくん「おおまきばの歌が素敵だった」

Kくん「5歳さんがかっこよかった」と憧れの気持ちを抱いているようです。

「今日はミニパラやる日だね！」と朝から期待を膨らませ、ついにミニパラバルーンに挑戦しました。ピアノの音に合わせて保育者や友達の動きを見ながら体を動かすと、子ども達の笑顔がはじけます。活動後に感想を聞くと、「楽しかった！」という声がたくさん聞かれました。

これからもみんなで息を合わせながら、本番に向けて元気いっぱい取り組んでいきます。



4 Nano

“パラバルーン”

アルテでのパラバルーンの練習はまず、保育者の見本の動画を見るところから始まります、その動画を見ると「あっ、〇〇先生だ」「〇〇先生すごいね」とこれまで担任をしてきていた先生と一緒に遊んでくれた先生達を見つけてとっても嬉しそうでした。何度も見ていくと今度は同じ動きをしようとする子ども達。両手を上下に動かしてみたり、左右に動かしたり、パラバルーンを持っているように振り付けを真似て見ている姿が多くなりました。

何度も何度も保育者のおこなったパラバルーンの映像を見て、さあ、ついに実際にパラバルーンを持って実際にやってみようとなりました。みんなで実際にパラバルーンを持つと少し緊張したような嬉しいようなそんな表情を見せていました。「キャー」「楽しい」と言いながらパラバルーンを終えると「先生、もう一度やりたい」「もっとやる」ととっても楽しんだ様子でした。



自分達の演技を見てみて

ある日、自分達が行った演技の映像と保育者の手本の映像を見比べてみました。自分達の映像を見終わるとしばらく静かになっていた子ども達。すると「全然違う」「先生達は手がピンってなってる」とAちゃんとTくんが言いました。すると他の子もAちゃんとTくんの顔を見ながら「立つ時（タイミング）がわからなかったんだよ」「手が伸びなかった……」「王子様座りでやった方がやりやすそうだね」と話し始めました。保育者がその話し合いの後に「パラバルーンやってみる？」と言うと子ども達は「やってみたい」と言って演技を行うことに。その後のパラバルーンの演技では子ども達同士で「ここは王子様座りだよ」「みんな、大きくバタバタだよ」とお互いに声を掛け合いながらパラバルーンの演技をしていました。パラバルーンの演技が終わった後も話している子ども達。話し合いのきっかけをくれたAちゃんとTくんがみんなに「パラシュートはこうやってやるんだよ」と教えてくれていました。子ども達同士で刺激し合って話し合ってよい演技を作り上げていくのだなと4歳ナノ組の子ども達の成長を感じました。

5 Nano

～ひっばれ！まもれ！ムキムキマット取り～

アルテでおこなう最後の運動会に向けて、「今日は練習あるかな～」と日々楽しみにしている5歳ナノ組さん。練習日、保育者からマット取りをすることを伝えられると、「イエーイ！！！」と大興奮。全力で楽しめる競技の面白さを既に感じているようです。

クラスの中で力がある印象の K くん。保育者がパワーバランスを考えて作ったチームを発表すると、普段からスポーツと一緒に楽しんでいる友達も同じチームだったことで「僕たちが勝ちそうだ」と自信たっぷり。ですが、いざ勝負をしてみると負けてしまいました。2回目では見事勝つことができました。3回目は再び負けてしまいました。そこで簡単ではないことを感じ取った K くん。でも、素直にその気持ちを出すことが出来ず、自分の中に隠してしまいました。

～次の練習日～

チームの作戦会議中、相手チームから「エイエイオー！」という声が聞こえてくると、作戦がまとまっていないまま同じように掛け声を発しました。「いいの、いいの～」と言いながらも試合中は真剣な表情で取り組む K くん。個人戦ではない難しさを感じながら、どうしたらチームで勝利を掴めるか、日々新しい気づきが生まれているところです。運動会本番、全力で頑張る5歳さんに大きな拍手と声援をお願いします。



“5歳になったからできること”が運動会の中にも多く、ドキドキわくわく、期待感いっぱいの子も達です。

1つ目は、かけっこで子ども達自身が名前を言うことです。お集まりでフルネームを言うことや人前で発言することには慣れていますが、運動会ではマイクを持って発表するため、嬉しい気持ちと少し恥ずかしい気持ちが混ざったような表情が見られます。

2つ目は、子どもアナウンス・体操の見本です。アナウンス中・体操中は会場全体の中でその子だけが主役になれる時間。そんな嬉しいことはありません。

そして年下クラスのサポートにも参加します。すぐに覚えて行動できる5歳さんの素敵な姿が本番でたくさん見られると思います。

ぜひ、子ども達の活躍ぶりを楽しみにしててください。



紙から生まれる物語



幼児の制作コーナーに行くと「何やるの?」と、こちらからの提案を楽しみに待っていてくれるのは嬉しいことです。でも、何かを作ることを目的に遊ぶだけではなく、子ども達が素材とじっくり向き合うことで、どのように遊びを広げていくのかを見てみたいと思いました。そこで、ご家庭や地域の方からいただいた紙や園にある素材を使い、コーナーの棚に子ども達が手に取りたくなるよう考えながら並べてみることにしました。

その中で、いちばん人気だったのはダンボール。

4歳児のYさんは、ダンボール片を使い2日かかりでおうちを作りました。

初日は、用意していたダンボールがなくなると、友達が使い終えたものも集めながら、大きなおうちにしようとしていました。

翌日は、自分で折った紙を飾り、屋根をつけようと何度も挑戦。その日の午後には、大きな屋根を外してすっきりした形に変わり、柱や窓も加わりました。

屋根にクレヨンで色を塗ったり、紙を立体にして飾ったりして、おうちが完成しました。

子ども達が遊び終えた後、ゴミ箱に入っていた紙片を見て、まだ使えそうだな、何かにつかえないかなと思いました。そこで、その紙片を細長く切って蛇腹に折り、制作コーナーにそっと置いてみました。すると、

興味を示した子が「びよんびよん」と言いながら、思い思いに遊び始めました。折り方を知りたがる子もいれば、紙の端と端を張り合わせて星のような形にしたり、升目に合わせて色を塗ったりするなどの姿も見られました。

3歳児のHくんは、升目に沿ってはさみで紙を切っていました。夢中で切り進めるうちに、「僕が切った紙がいっぱいある」とたくさんの紙片ができたことに気づきました。そこで、「これ、どうする?紙に貼ってみる?」と声をかけると、「うん」と言って、紙全体に糊を塗って、小さな紙片をひとつずつつまんで貼っていました。そのうち、蛇腹の紙がアーチのように形を変えることに気づき、立体的に貼ることもおもしろさを感じたようです。

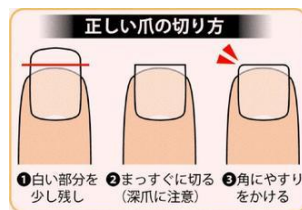
いろいろな紙に触れながら、子ども達はそれぞれに発想を広げ、自分なりの表現を見つけて楽しんでいます。思うような形にしようと試したり、迷ったり、時には大人のヒントも受け取りながら子ども達なりの物語が次々と生まれてくることに、私もわくわくさせられます。



(文責：雨宮)

ほけんだより

運動会の練習に熱が入り、園全体が活気に包まれてきました。当園の運動会は体育館で行うため子ども達は裸足です。足のケガを起こさないために足の爪のチェックをしましょう。子どもの爪は薄く柔らかいので反り返っていたり、ぶついたり引っ掻けたりすると割れたり剥がれたりしてしまいます。カットするときは、巻き爪予防にもなるのでスクエアカットにしましょう。また、サイズの合わない靴は爪の変形や炎症の原因ともなるので靴の見直しもしましょう。



スクエアカット

運動会に向けて「ケガをしないためには？」と子ども達に尋ねると「丈夫な骨」と返事がある中、物知りのSさんは「血ってね、骨から作られるんだよ」と話してくれました。そこで、今回の保健指導はSさんと5歳児クラスで骨の話をすることにしました。

骨があるから体を支え、走ったり飛んだり体を動かすことができることを伝えた後に自分で描いた骨の絵の説明をしてもらいました。「骨の中に骨髄というのあって血を作ってるんだよ」との説明に「髄って何？」と質問がでたり「骨ってめっちゃすごいねー」などとSさんとのやり取りがみられました。

次に骨のシルエットクイズをしました。



Sさんの出すシルエットにみんな手を挙げて答えます。「犬!」「恐竜!」「ライオン!」「えっ、ライオンのしっぽにも骨ってあったの?」「骨ってあんな風になってるんだ」と、人以外の生き物にも骨があることを学びました。



最後は骨の成長の話をしました。1歳、2歳児の手がなぜ柔らかいのか。どうやって骨が大きくなっていくのかを手の骨の成長の図を使って説明しました。自分の手を見つめたり友達の手と比べてみたり、からだの不思議を感じているようでした。



ヒヤリハット

子どもの成長に伴いヒヤヒヤする場面が増えてきます。保護者の方も子どもの行動から目が離せないということがしばしばあるのではないのでしょうか。周囲のことを気にせず縦横無尽に走り回る子ども達の様子にヒヤヒヤさせられます。保育者はインカムを使用して連携を図り、子ども達の様子を共有して安全に体を動かせるように心がけています。運動会の練習に向けて気合の入っている子ども達です。大きなケガを起こさず、運動会の日を迎えられるように見守っていきます。素敵な運動会を楽しみにしていきましょう。



発育測定	10月 5日(月)
全園児健診	10月 14日(水)
0歳児健診	10月 14日(水)
	10月 21日(水)
保健指導予定	目の話



食育だより

We want to cook delicious food



秋晴れの空の下で元気よく遊んだ後は、お腹がペコペコになる子ども達。給食の準備を始めるとうれしそうに集まってくれます。「食欲の秋」、心も体も大きくなっているようです。今月から5歳児クラスの子どものお米研ぎが始まります。お米や食材を大切に作る心と共に、生産者や食事を準備してくれる人への感謝の気持ちも育んでいきたいです。

5歳ナノ組 「けんちん汁」

今回のクッキングは包丁をたくさん使いました。

大根、にんじん、じゃがいも、玉ねぎ、「玉ねぎは泣いちゃうから気を付けて」なんて声をかけあってどんどん切って、ぐつぐつ煮えているだし汁の中へ。「なんかいい匂いがするな」とのぞきにきてくれる先生も。塩と醤油も協力して計って味付けをして、「味はどうか？」「少し薄いみたい」もう少し醤油と塩を加えて、今度はどうか？「おいしい」「おかわり」味見のおかわりができるほど満点のけんちん汁ができました。4、5歳のみんなにも大好評、いろんな形の野菜からおいしいお出しが出て特別おいしいけんちん汁ができました。



2歳ピコ組

「きのこ♪」



給食作りのお手伝いをよくしてくれるピコ組の子ども達。「今日はなにをするの？」と興味津々な様子。しいたけに触れて「ふにゃふにゃだね」、「いいにおい」。しめじと比べて「大きさがちがうね」と目を輝かせて教えてくれました。

絵本メニュー

うさぎの姉妹のフラニーとメアリーは森のスープ屋さん。赤うさぎのお姉ちゃんフラニーの作るスープは森の仲間に大人気。

でも妹のメアリーはしっぱいばかり……
どうしたらおいしいスープが作れるのかな？かわいくて、おしゃれで、お料理をする楽しさがいっぱいあった絵本です。



🌻 10月の行事食 🌻

15日(木) 絵本メニュー

「フラニーとメアリー しあわせのスープ」

＜昼食＞かぼちゃとにんじんのミルクスープ

＜おやつ＞くだものたっぷりフルーツスープ

27日(火) お誕生日会

＜昼食＞食パン、フライドチキン、コーンサラダ
コンソメスープ、柿

＜おやつ＞お誕生日ケーキ（かぼちゃ）

30日(金) ハロウィン

＜昼食＞ハロウィンドライカレー、

さつまいもスティック、

かぼちゃとベーコンの豆乳スープ、バナナ

＜おやつ＞おばけちゃんパン

10月の旬の食材

さつまいも、さといも、ちんげんさい、かぶ
かぼちゃ、だいこん、ごぼう、ほうれん草、はくさい
しいたけ、しめじ、柿、梨、りんご
さけ、さば、さんま、さわら

