

2023年 4月 つどいの森もみの木こども園 行事カレンダー

日	曜	行事	日	曜	行事
1	土		16	日	
2	日		17	月	
3	月	入園お祝い会	18	火	
4	火		19	水	幼児クラス誕生会
5	水		20	木	内科検診
6	木		21	金	
7	金		22	土	2,3歳懇談会
8	土		23	日	
9	日		24	月	
10	月		25	火	
11	火		26	水	
12	水		27	木	
13	木		28	金	
14	金		29	土	昭和の日
15	土	4,5歳懇談会 園だより発行日(ホームページ)	30	日	

<お願いとお知らせ>

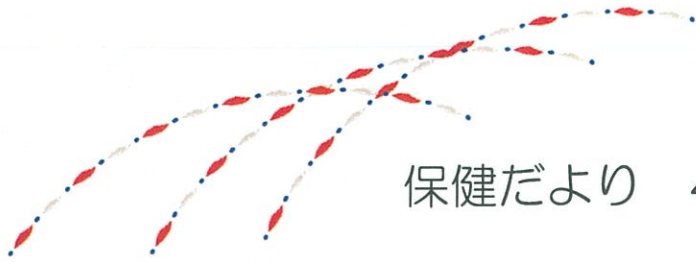
- 年度初めなので、登園した際お子様に名札を付けていただきますようお願いいたします。
- 2,3,4,5歳懇談会は、zoom又は来園しての参加となります。
来園の場合、懇談会中のみの保育はありません。
- 避難訓練が毎月一度行われます

2023年 令和5年度年間行事予定

日にち	行事	備考
4月3日(月)	入園お祝い会	新入園児親子
4月15日(土)	さくら・きんもくせい 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
4月22日(土)	ばら・ふじ懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
5月10日(水)	移動動物園	動物アレルギーのあるお子さんはお申し出ください
5月20日(土)	かえで・あけび懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
5月19日(金)	春の遠足(幼児)・遠足ごっこ(乳児)	ふじ・ばら・きんもくせい・さくら組お弁当
5月22日~26日	保育参観期間	
6月26日(月) 又は 7月3日(月)	プール開き	
6月24日(土)	保護者会	Zoom・来園
7月1日(土)	親子であそぼう会(かえで・あけび)	かえで・あけび組親子
7月7日(金)	七夕・誕生会	
7月8日(土)	同園会	卒園生行事
7月12日(水)	移動水族館	
8月6日~16日	1号 夏休み	
8月23日(水)	プールじまい	ふじ・ばら
8月24日(木)	プールじまい	さくら・きんもくせい
8月26日(土)	夏まつり	親子参加
9月8日~9日	お泊り保育(さくら組)	宿泊行事です。9日は9:00には解散になります
10月7日(土)	運動会	ふじ・ばら・きんもくせい・さくら組親子(半日) *この日は通常の土曜保育は行いません
10月10日~13日	祖父母参観	
10月16日~11月10日	個別懇談	詳細は近くなりましたらお知らせします
10月20日(金)	さくら・きんもくせいズーラシア遠足	さくら・きんもくせい組 お弁当
10月30日(水)	まぎーる 買い物ごっこ	
10月31日(火)	ハロウィン	
11月18日(土)	もみの木マルシェ	親子参加 *この日は通常の土曜保育は行いません
12月1日(金)	もちつき	
12月9日(土)	保護者会	Zoom・来園
12月25日(月)	クリスマス会・誕生会	
12月26日~1月7日	1号冬休み	
1月	獅子舞	
1月16日(火)	さくら 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
1月17日(水)	きんもくせい 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
1月19日(金)	ばら 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
1月23日(火)	ふじ 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
1月24日(水)	かえで 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
1月26日(金)	あけび 懇談会	詳細は後日お知らせします (Zoom・来園)
2月2日(金)	節分	

ウラに続く→

日にち	行事	備考
2月10日(土)	せいかつ発表会	ばら・きんもくせい・さくら組親子 *この日は通常の土曜保育は行いません
2月24日(土)	入園説明会	
2月29日(木)	お別れ遠足(幼児) 遠足ごっこ(乳児)	全クラスお弁当
3月1日(金)	ひなまつり	
3月2日(土)	卒園を祝う会	さくら組親子 *3歳児・4歳児の参加は検討
3月6日(水)	お別れ会	
3月22日~31日	1号春休み	
3月30日(土)	新年度準備・全職員研修	*この日は通常の土曜保育は行いません



保健だより 4月

入園・進級おめでとうございます。



新年度を迎え、ひとつ大きくなる！というワクワクと同時に、関わる職員や、お部屋が変わることでのドキドキが交錯する、移行の時期です。

今年度も、保健に関する情報を「保健だより」を通してお知らせしていきます。



生活リズムを整えましょう

新年度は、気圧の変動に加えて、環境の変化もあり体調を崩しやすい時期です。

心身ともに元気に過ごすために、規則正しい生活リズムを心がけましょう。



早寝早起きを心がけましょう

お仕事に加え、家事・育児と目まぐるしい時間をお過ごしとは思いますが、夜は9時まで就寝し、朝は7時頃には起きるように意識してみましょ。充分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながると言われています。



朝ごはんを食べましょう

朝食を食べることで体が目覚め、その日の身体リズムが始まります。また、腸の動きが活発になり、排便コントロールもしやすくなります。



爪を切り、髪を整えましょう

爪が伸びていることで、お子さんご自身だけでなく、お友だちにもケガをさせてしまうことがあります。また、日々の生活の中で、伸びた髪の毛が目に入ること、視力低下を招いてしまったり、様々な活動の妨げになる事もあります。

このため、爪はこまめに確認し、髪の毛はなるべく結んで、のびのびと活動できるようにしましょう。

*感染症に対する対応について、裏面をご覧ください。



感染症に対する対応について

3月の保護者会でお伝えしております事の、再度のお伝えとなります。

◎新型コロナウイルス及び感染症に対する対応

引き続き、発熱症状のある場合には、「解熱後 24 時間経過」を 登園の基準とさせていただきます。



—4月1日よりの変更点—

同居するご家族が発熱の場合、ご本人が発熱の症状がない場合は、登園可能。

ただし、今後、園内にて感染症拡大の恐れがある場合、園判断で『感染症拡大防止期間』を発令いたします。その際には、同居されるご家族に嘔吐・下痢・発熱の症状がある場合、ご本人に嘔吐・下痢・発熱の症状がない場合でも、登園を控えていただきます。ご家族の状況やお仕事のご都合等おありだと思いますが、ご理解ご協力をお願いいたします。





ご入園、ご進級おめでとうございます。今年度も安全で美味しい給食作りを心がけ、食に関する様々な体験を通じて、子ども達が食へ興味が持てるように頑張りますので、よろしくお願いいたします。



朝ごはんを食べよう!!

朝ごはんは一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、イライラしたり、元気に遊ぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝ごはんは大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう。

忙しい朝のために…

下ごしらえで手間いらず
夕食調理時に多めに切ったり、茹でた野菜を朝食用に
取り分けておくとう便利です。



調理しなくてもよいものを用意
チーズや果物(バナナなど)、納豆があれば時間も短縮に。冷凍食品の惣菜やレトルト、缶詰も上手に利用を。



パターンを決めて悩まない
「主食+具たくさんスープ」
などワンパターンでもOK♪
まずは毎日食べることを習慣化に。



もみの木レシピ

カルシウムたっぷり

じゃこトースト

☆材料 (1人分)

食パン	1枚
ちりめんじゃこ	10g
玉ねぎ	20g
小ねぎ	適量
マヨネーズ	大さじ 1/2
ピザチーズ	20g

☆作り方

1. 玉ねぎはスライスして、レンジで軽く加熱します。
2. ちりめんじゃこ、①の玉ねぎ、小口切りにした小ねぎをマヨネーズで和えます。
3. 食パンに②、ピザチーズをのせ、トースターでこんがり焼けばできあがり♪

簡単なので、忙しい朝ごはんにもぴったり♪
具材をツナ、ハム、ゆで卵、ほうれん草、キャベツや
夕食の残りなどに替えたりとアレンジ自在です。
4/13(木)のおやつに登場します。



4月のこんだて

つどいの森もみの木こども園

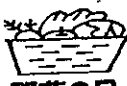
令和5年

3歳未満児

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:腸子をととのえる	(その他の食品)
1 土 15	ごはん みそ汁 鱈の玉ねぎソースがけ 切干大根の煮物	赤ちゃんせんべい 麦茶 市販菓子 麦茶	煮干し・かつお節 淡色辛みそ・さわら 焼き竹輪	赤ちゃんせんべい・米 薄力粉・車糖・じゃがいも 市販菓子	西洋かぼちゃ・キャベツ たまねぎ・こねぎ・切干しだいこん にんじん・さやいんげん	麦茶・こいくちしょうゆ 料理酒・だし・本みりん
3 月 14	ごはん 中華スープ 青椒肉絲 やみつきやさい	牛乳 おつゆ麩のキャラメル 牛乳	普通牛乳・豚もも	米・車糖・なたね油 かたくり粉・ごま・ごま油 焼きふ・有塩バター	こまつな・えのきたけ・れんこん 黄ピーマン・青ピーマン 赤ピーマン・たまねぎ・ほんしめじ りよくとうもろやし・しょうが・にんにく にんじん・大根・きゅうり	だし・うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・料理酒 食塩
4 火	ごはん みそ汁 かじきのカレームニエル 春キャベツのソテー	牛乳 あんずの蒸しパン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ めかじき・ベーコン	米・さつまいも・薄力粉 有塩バター・車糖 あんずジャム・なたね油	たまねぎ・こねぎ・キャベツ ほうれんそう・ほんしめじ にんじん・スイートコーン	食塩・カレー粉 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
5 水	ごはん 洋風スープ ピザ風チキン マカロニサラダ	牛乳 シリアル・ベリーヨーグ 牛乳	普通牛乳・鶏もも プロセスチーズ・ロースハム ヨーグルト	米・マカロニ・スパゲッティ なたね油・車糖 コーンフレーク ブルーベリージャム	ほうれんそう・エリンギ・たまねぎ トマト缶詰・青ピーマン・キャベツ きゅうり・にんじん・スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ・食塩 ケチャップ・穀物酢・こしょう
6 木	ごはん すまし汁 豚肉の甘辛炒め ほうれん草の白和え	牛乳 バナナスコーン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・豚もも・木綿豆腐 甘みそ	米・車糖・なたね油・ごま 薄力粉・無塩バター	わかめ・りよくとうもろやし・たまねぎ チンゲンサイ・ほうれんそう にんじん・ほんしめじ・バナナ	うすくちしょうゆ・だし こいくちしょうゆ・本みりん 板こんにやく ベーキングパウダー
7 金	ごはん みそ汁 小松菜チーズオムレツ しらすサラダ	牛乳 シュガーパイ 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節 淡色辛みそ・鶏卵 脱脂粉乳・プロセスチーズ しらす干し	米・じゃがいも・なたね油 車糖・パイ皮・グラニュー糖	チンゲンサイ・にんじん・たまねぎ こまつな・切干しだいこん・きゅうり キャベツ・レモン	食塩・こしょう・ケチャップ 穀物酢・こいくちしょうゆ キャベツ・レモン
8 土 22	ごはん すまし汁 筑前煮 甘酢あえ	赤ちゃんせんべい 麦茶 市販菓子 麦茶	煮干し・かつお節・鶏もも	赤ちゃんせんべい・米 じゃがいも・なたね油・車糖 市販菓子	こまつな・ほんしめじ・ごぼう にんじん・大根・さやいんげん キャベツ・きゅうり	麦茶・うすくちしょうゆ・だし こいくちしょうゆ・料理酒 本みりん・穀物酢
10 月 24	ごはん みそ汁 鶏のみもじ焼き 高野豆腐の含め煮	牛乳 ツナペンネ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・凍り豆腐 まぐろ缶詰	米・マヨネーズ・じゃがいも 車糖・マカロニ・スパゲッティ	りよくとうもろやし・キャベツ にんじん・ごぼう・さやいんげん 生しいたけ・たまねぎ・えのきたけ ほんしめじ	食塩・こしょう・だし こいくちしょうゆ・本みりん うすくちしょうゆ
11 火	ごはん すまし汁 鮭のりチーズ焼き 野菜のおかか和え	牛乳 おとうふケーキ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・しろさげ パルメザンチーズ・油揚げ かつお削り節・絹ごし豆腐	米・焼きふ・パン粉 なたね油・薄力粉・車糖	たまねぎ・こねぎ・あおのり キャベツ・にんじん・きゅうり えのきたけ・スイートコーン	うすくちしょうゆ・食塩 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
12 水	焼きそば スープ かぼちゃサラダ バナナ	牛乳 わかめのおにぎり 牛乳	普通牛乳・豚もも ロースハム	米・焼きたまご・パン粉 なたね油・薄力粉・車糖 ごま	にんじん・たまねぎ・キャベツ りよくとうもろやし・切干しだいこん 青ピーマン・あおのり ほうれんそう・スイートコーン 西洋かぼちゃ・きゅうり・バナナ カットわかめ	濃厚ソース・だし うすくちしょうゆ・食塩 こしょう
13 木	ごはん 春野菜のスープ ミートローフ おやさいサラダ	牛乳 じゃこトースト 牛乳	普通牛乳・ベーコン 豚ひき肉・しらす干し プロセスチーズ	米・じゃがいも・パン粉 車糖・緑豆はるさめ・ごま油 食パン・マヨネーズ	キャベツ・にんじん・たまねぎ れんこん・ごぼう・西洋かぼちゃ さやいんげん・きゅうり りよくとうもろやし・こまつな 赤ピーマン・黄ピーマン・トマト スイートコーン・こねぎ	だし・うすくちしょうゆ・食塩 こしょう・ケチャップ ウスターソース・穀物酢
17 月	ごはん 洋風スープ ピザ風チキン マカロニサラダ	牛乳 バナナスコーン 牛乳	普通牛乳・鶏もも プロセスチーズ・ロースハム	米・マカロニ・スパゲッティ なたね油・車糖・薄力粉 無塩バター	ほうれんそう・エリンギ・たまねぎ トマト缶詰・青ピーマン・キャベツ きゅうり・にんじん・スイートコーン バナナ	だし・うすくちしょうゆ・食塩 ケチャップ・穀物酢・こしょう ベーキングパウダー
18 火	筍ごはん すまし汁 鱈の西京焼き ひじきの煮物	牛乳 スイートポテト 牛乳	普通牛乳・油揚げ 蒸しかまぼこ・煮干し かつお節・さわら・甘みそ だいず	米・車糖・さつまいも 有塩バター	たけのこ・こまつな・ほしひじき にんじん・さやいんげん	うすくちしょうゆ・料理酒 みりん風調味料・しらたき だし・本みりん こいくちしょうゆ
19 水	ポークカレー しょうゆフレンチ フルーツヨーグルト	牛乳 季節のケーキ 牛乳	普通牛乳・豚もも・焼き竹輪 ヨーグルト・鶏卵 ホイップクリーム	米・なたね油・じゃがいも さつまいも・粉糖 ホットケーキミックス・車糖 無塩バター・いちごジャム	たまねぎ・にんじん・きゅうり キャベツ・もも缶詰 パインアップル缶詰・バナナ みかん缶詰・りんご・いちご	カレールー・穀物酢 こいくちしょうゆ
20 木	麦ごはん みそ汁 鶏の竜田揚げ 切干大根のサラダ	牛乳 シュガーパイ 牛乳	普通牛乳・油揚げ・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・まぐろ缶詰	米・押麦・かたくり粉 なたね油・車糖・ごま油 パイ皮・グラニュー糖	ごぼう・にんじん・こねぎ・しょうが 切干しだいこん・きゅうり キャベツ・ほしひじき	料理酒・みりん風調味料 こいくちしょうゆ・穀物酢 食塩
21 金	ごはん みそ汁 かじきのカレームニエル 春キャベツのソテー	牛乳 おとうふケーキ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ めかじき・ベーコン 絹ごし豆腐	米・さつまいも・薄力粉 有塩バター・車糖・なたね油	たまねぎ・キャベツ・ほうれんそう ほんしめじ・にんじん・スイートコーン	食塩・カレー粉 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
25 火	ごはん すまし汁 鮭のりチーズ焼き お揚げのサラダ	牛乳 シリアル・ベリーヨーグ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・しろさげ パルメザンチーズ・油揚げ ヨーグルト	米・焼きふ・パン粉 なたね油・車糖・ごま油 コーンフレーク ブルーベリージャム	たまねぎ・こねぎ・あおのり キャベツ・きゅうり・赤ピーマン にんじん・ほしひじき	うすくちしょうゆ・食塩 穀物酢
26 水	ハヤシライス 蒸し野菜のオーロラソースがけ オレンジ	牛乳 ミルクココアパン 牛乳	普通牛乳・豚もも・ささ身	米・有塩バター・なたね油 さつまいも・じゃがいも マヨネーズ・食パン	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ トマト缶詰・キャベツ・れんこん さやいんげん・スイートコーン パレンシアオレンジ	パセリ・ハヤシルー ケチャップ・こいくちしょうゆ ミルクココア
27 木	ごはん すまし汁 豚肉の甘辛炒め ほうれん草の白和え	牛乳 あんずの蒸しパン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・豚もも・木綿豆腐 甘みそ	米・車糖・なたね油・ごま 薄力粉・あんずジャム	わかめ・りよくとうもろやし・たまねぎ チンゲンサイ・ほうれんそう にんじん・ほんしめじ	うすくちしょうゆ・だし こいくちしょうゆ・本みりん 板こんにやく ベーキングパウダー
28 金	ロールパン スープ チキンパルミジャーナ 野菜のBBQソース焼き	牛乳 わかめのおにぎり 牛乳	普通牛乳・鶏もも プロセスチーズ・ウインナー	ロールパン・パン粉 なたね油・じゃがいも・車糖 米・ごま	キャベツ・スイートコーン・にんにく たまねぎ・トマト缶詰・ブロッコリー 西洋かぼちゃ・にんじん 赤ピーマン・黄ピーマン カットわかめ	だし・うすくちしょうゆ・食塩 料理酒・ケチャップ・パセリ 中濃ソース



骨水の日



野菜の日



かみかみの日



世界の料理

「オーストラリア」

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
466 kcal	20.7 g	14.2 g	67.9 g	315 mg	1.8 mg	189 μg	0.32 mg	0.43 mg	20 mg

☆ 食材の納品の都合によりメニューを多少変更する場合があります。
 ☆ 土曜おやつ(市販菓子)は当日、メニューを掲示させていただきます。
 ☆ ふじ組以降に提供する食品(除去:もち・こんにやく・しらたき/変更:雑穀・押麦→ごはん)