

## 2025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	火	入園お祝い会	16	水	2～5歳クラス誕生会
2	水		17	木	
3	木		18	金	
4	金		19	土	4,5歳懇談会
5	土		20	日	
6	日		21	月	
7	月		22	火	
8	火		23	水	
9	水		24	木	
10	木		25	金	
11	金		26	土	2,3歳懇談会
12	土		27	日	
13	日		28	月	
14	月		29	火	昭和の日
15	火	園だより発行日(ホームページ)	30	水	

### ＜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歳懇談会の、懇談会中のみ保育はありません。
- ・乳児クラスの誕生会は、お子さんの誕生日にクラス内で行います。
- ・避難訓練が毎月一度行われます

# 保健だより 4月

看護師 沖末 春香

ご入園、ご進級おめでとうございます😊新年度を迎え、1つおおきくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会う事ができ、とても嬉しく思います😊

子どもたちが健やかに元気いっぱい過ごせますよう、毎月「ほけんだより」を発行いたします！どうぞよろしくお願いいいたします！



## \* 小児科でよくある質問 \*

### ・入園してから風邪をひいてばかり…😞大丈夫？

◆集団生活では子どもの数だけ様々なウイルスに接触するため、感染症に罹る確率が上がります！

#### 入園前

親の免疫に守られている&もともとウイルスに遭遇する機会が少ないため、風邪をひきにくい。

#### 入園後

こども園には子どもの数に比例してウイルスがいるため、入園後はお互いに風邪をうつし合います。免疫がまだ未熟なため、結果として風邪のような症状を繰り返すことが多いです。

◆乳幼児は徐々に免疫がついてきます😊

母親からの免疫（免疫グロブリン）は生後6ヶ月でほとんどなくなり、それ以降は自分の力でウイルスと闘っていきます。免疫は体内に記憶されるため、一度罹患したウイルスや似たようなウイルスにはかかりづらくなると言われています。

徐々に体がウイルスとの戦い方を覚え、風邪にかかる回数もゆっくと減っていきます😊

個人差もありますが、こども園に行き始めて数か月～半年は風邪を繰り返しますが、単なる風邪を繰り返しているケースがほとんどです。気長に様子を見ていきましょう😊

★風邪の合併症として中耳炎や肺炎になってしまうこともあります😞

耳を痛がる・呼吸が苦しそう・発熱がずっと続くなどの症状がありましたら病院受診をおすすめいたします

## 保護者の皆様へ

お家での出来事であっても健康上、何かあった時には園へご報告をお願い致します！

(例：熱性けいれんなど)

…園でお子さまをお預かりしている間に、緊急時には病院を受診することもあります。医師より既往について聞かれることがあり、職員間でお子さまの安全を守るために対策を講じることもありますので、その都度教えていただけるととても助かります😊



# 4月のこんだて

つどいの森もみの木こども園

令和7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:腸子をとどめる	(その他の食品)
1	火	和風スパゲッティ 洋風スープ さっぱりサラダレモン風味 バナナ	牛乳 さつまいもの蒸しパン 牛乳	普通牛乳・まぐろ缶詰 かつお削り節	マカニ・スパゲッティ・車糖 なたね油・薄力粉 さつまいも	たまねぎ・にんじん・えのきたけ ほうしめじ・ごまつな・はくさい キャベツ・きゅうり・わかめ 赤ピーマン・レモン・バナナ	うすくちしょうゆ・食塩 こしょう・だし・穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
2	水	ごはん みそ汁 かじきのオニオン照り焼き 青菜のお浸し	牛乳 ミルクココアパン 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節 淡色辛みそ・めかじき 油揚げ	米・車糖・かたくり粉・食パン なたね油	わかめ・たまねぎ・ほうれんそう ごまつな・にんじん・キャベツ えのきたけ・スイートコーン	こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒・ミルクココア
3	木	ごはん すまし汁 筑前煮 春雨の酢の物	牛乳 カステラ 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・鶏もも ロースハム・鶏卵	米・焼きふ・じゃがいも なたね油・車糖 普通はるさめ・ホットケーキミックス 中ざら糖	ほうれんそう・れんこん・ごぼう にんじん・大根・さやいんげん きゅうり	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・食塩
4	金	ごはん 洋風スープ 鮭のバター醤油焼き 春キャベツのソテー	牛乳 ゆかりおにぎり 牛乳	普通牛乳・鶏もも・しらすけ ベーコン	米・有塩バター	はくさい・キャベツ・ほうれんそう にんじん・たまねぎ・えのきたけ スイートコーン・梅びしお	だし・うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん風調味料・料理酒 食塩
5 19	土	ごはん みそ汁 鶏つくね 蒸し野菜サラダ	赤ちゃんせんべい 麦茶 ベジタべる ホームパイ 麦茶	煮干し・かつお節 淡色辛みそ・鶏ひき肉	ハイハイ・米・なたね油 車糖・かたくり粉・じゃがいも さつまいも・ベジタべる ホームパイ	ごまつな・えのきたけ・にんじん たまねぎ・ほしひじき・きゅうり わかめ・スイートコーン缶詰・レモン	麦茶・みりん風調味料 こいくちしょうゆ・穀物酢
7 17	月 木	ごはん 中華スープ 酢豚 やみつきやさい	牛乳 シリアル・ベリーヨーグ 牛乳	普通牛乳・豚もも ヨーグルト	米・じゃがいも・なたね油 車糖・かたくり粉・ごま ごま油・コーンフレーク ブルーベリージャム	チンゲンサイ・りよくとうもやし たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・パインアップル缶詰 大根・きゅうり・にんにく	だし・うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・穀物酢 ケチャップ・食塩
8	火	ごはん みそ汁 さわらのもみじ焼き 切干大根の煮物	牛乳 市販菓子 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ さわら・焼き竹輪	米・焼きふ・マヨネーズ じゃがいも・車糖・市販菓子	たまねぎ・こねぎ・にんじん 切干しいたけ・さやいんげん	食塩・こしょう・だし こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒
9 21	水 月	ごはん 洋風スープ タンドリーチキン みかんサラダ	牛乳 お豆腐ケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも ヨーグルト・絹ごし豆腐	米・なたね油・車糖・薄力粉	ほうれんそう・スイートコーン・たまねぎ しょうが・にんにく・レモン キャベツ・きゅうり・にんじん みかん缶詰	だし・うすくちしょうゆ カレー粉・食塩・こしょう 穀物酢 ベーキングパウダー
10	木	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き コーンとわかめのサラダ	牛乳 しらすトースト 牛乳	普通牛乳・油揚げ・煮干し かつお節・淡色辛みそ 豚もも・しらす干し プロセスチーズ	米・なたね油・車糖・食パン マヨネーズ	大根・たまねぎ・青ピーマン 赤ピーマン・しょうが・カットわかめ きゅうり・にんじん・キャベツ スイートコーン・こねぎ	みりん風調味料 こいくちしょうゆ・穀物酢
11	金	豆腐入りキーマカレー ヨーグルトサラダ オレンジ	牛乳 おつけ麺のり塩 ヨーグルト	普通牛乳・豚ひき肉 木綿豆腐・脱脂粉乳 ロースハム・プロセスチーズ ヨーグルト	米・さつまいも・マヨネーズ 焼きふ・なたね油	たまねぎ・にんじん・スイートコーン 西洋かぼちゃ・きゅうり パレンシアオレンジ・あまのり	カレールー・食塩・こしょう
12 26	土	ごはん すまし汁 さわらの味噌焼き 根菜の煮物	赤ちゃんせんべい 麦茶 スティックポテト ビスコ 麦茶	煮干し・かつお節・さわら 淡色辛みそ	ハイハイ・米・車糖 じゃがいも・スティックポテト ビスコ	チンゲンサイ・ほうしめじ・ごぼう にんじん・大根・生しいたけ さやいんげん	麦茶・うすくちしょうゆ 本みりん・だし こいくちしょうゆ・料理酒
14	月	ごはん みそ汁 根菜ミートローフ 切干大根のサラダ	牛乳 りんごマフィン 牛乳	普通牛乳・凍り豆腐・煮干し かつお節・淡色辛みそ 豚ひき肉・ささ身・鶏卵	米・パン粉・車糖・ごま油 薄力粉・無塩バター りんごジャム	わかめ・こねぎ・たまねぎ にんじん・れんこん・ごぼう スイートコーン・切干しいたけ きゅうり・キャベツ・ほしひじき	食塩・こしょう・ケチャップ ウスターソース・穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー
15	火	ごはん すまし汁 筑前煮 春雨の酢の物	牛乳 きな粉パン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・鶏もも ロースハム・きな粉	米・焼きふ・じゃがいも なたね油・車糖 普通はるさめ・食パン	ほうれんそう・れんこん・ごぼう にんじん・大根・さやいんげん きゅうり	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・食塩
16	水	ごはん 洋風スープ 鮭のバター醤油焼き 春キャベツのソテー	牛乳 季節のケーキ 牛乳	普通牛乳・鶏もも・しらすけ ベーコン・鶏卵・ホップクリーム	米・有塩バター ホットケーキミックス・車糖 無塩バター・いちごジャム	はくさい・キャベツ・ほうれんそう にんじん・たまねぎ・えのきたけ スイートコーン・いちご	だし・うすくちしょうゆ みりん風調味料・料理酒 食塩
18	金	ロールパン 洋風スープ 鶏のコーンマヨネーズ焼き フレンチサラダ	牛乳 ゆかりおにぎり 牛乳	普通牛乳・鶏もも パルメザンチーズ	ロールパン・さつまいも マヨネーズ・なたね油・車糖 米	たまねぎ・スイートコーン・赤ピーマン 黄ピーマン・キャベツ・きゅうり にんじん・梅びしお	だし・うすくちしょうゆ・食塩 こしょう・穀物酢
22	火	ごはん すまし汁 さわらのもみじ焼き 切干大根の煮物	牛乳 市販菓子 牛乳	普通牛乳・油揚げ・煮干し かつお節・淡色辛みそ さわら・焼き竹輪	米・なたね油・車糖・焼きふ マヨネーズ・じゃがいも 市販菓子	たけのこ・にんじん・たまねぎ こねぎ・切干しいたけ さやいんげん	うすくちしょうゆ・料理酒 食塩・こしょう・だし こいくちしょうゆ・本みりん
23	水	ごはん 春野菜の豚汁 鶏の照り焼き ツナとおやさいのサラダ	牛乳 カステラ 牛乳	普通牛乳・豚もも・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・まぐろ缶詰・鶏卵	米・じゃがいも・車糖 かたくり粉・緑豆はるさめ ごま油・ホットケーキミックス なたね油・中ざら糖	キャベツ・たまねぎ・にんじん たけのこ・きゅうり・りよくとうもやし 大根・ほうれんそう・レタス・オクラ 赤ピーマン・黄ピーマン ブロッコリー・スイートコーン	こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒・穀物酢 うすくちしょうゆ
24	木	ハヤシライス さつまいもサラダ バナナ	牛乳 ミルクココアパン 牛乳	普通牛乳・豚もも ロースハム	米・さつまいも・マヨネーズ 車糖・食パン・なたね油	たまねぎ・にんじん・ほうしめじ トマト缶詰・きゅうり・スイートコーン バナナ	ハヤシルー・食塩・こしょう ミルクココア
25	金	ごはん みそ汁 かじきのオニオン照り焼き 青菜のお浸し	牛乳 おつけ麺のり塩 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 煮干し・かつお節 淡色辛みそ・めかじき 油揚げ	米・車糖・かたくり粉・焼きふ なたね油	わかめ・たまねぎ・ほうれんそう ごまつな・にんじん・キャベツ えのきたけ・スイートコーン・あまのり	こいくちしょうゆ・本みりん 料理酒・食塩
28	月	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き コーンとわかめのサラダ	牛乳 りんごマフィン 牛乳	普通牛乳・油揚げ・煮干し かつお節・淡色辛みそ 豚もも・鶏卵	米・なたね油・車糖・薄力粉 無塩バター・りんごジャム	大根・たまねぎ・青ピーマン 赤ピーマン・しょうが・カットわかめ きゅうり・にんじん・キャベツ スイートコーン	みりん風調味料 こいくちしょうゆ・穀物酢 ベーキングパウダー
30	水	ジャンジャン麺 ワンタンスープ キャベツとひじきの中華サラダ	牛乳 マーラーカオ 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉 淡色辛みそ・鶏卵	中華めん・ごま油・車糖 かたくり粉・しょうまいの皮 緑豆はるさめ・薄力粉 なたね油	れんこん・根深ねぎ・しょうが きゅうり・りよくとうもやし・たまねぎ こねぎ・キャベツ・にんじん スイートコーン・ほしひじき	料理酒・こいくちしょうゆ だし・うすくちしょうゆ 穀物酢 ベーキングパウダー



骨水の日



かみかみの日



野菜の日



世界の料理  
「中国」

☆ 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	21.1 g	14.5 g	67.2 g	299 mg	1.7 mg	204 μg	0.34 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。  
 ☆ 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）