



じょうぶな子、げんきな子

今年の夏は、例年以上に気温が高く、園庭での水遊びでさえ中止にする日がありました。

残暑も厳しく、夏の疲れが出やすい時期です。
生活リズムを整え元気に過ごしていきましょう！



9月1日は防災の日です。
保育園では、非常食のお米でおにぎりを作り、おやつ時間に食べる予定です。
ご家庭でも災害時についてお話ししてみてくださいね。



9月の行事予定

1日(木) 防災の日
3日(土) 布団乾燥
6日(火) 絵画教室(2・3才)
7日(水) 体育指導
9日(金) 絵画教室(4・5才)
12日(月) 英語教室
14日(水) 体育指導
15日(木) 避難訓練(風水)
17日(土) 布団乾燥

19日(月) 敬老の日
20日(火) 絵本・納入袋配布 / 身体測定
21日(水) 体育指導
22日(木) リトミック(もも組開始)
23日(金) 秋分の日
26日(月) 誕生会
28日(水) 体育指導
30日(金) 園便り・献立表配信

今月の保育目標

たんぽぽ ー夏の疲れを取り、生活リズムを整えながら健康に過ごす音楽に合わせて体を動かしたり全身を使った遊びを楽しむ

も も ー夏の疲れに留意し、生活リズムを整えて快適に過ごす涼しい日は戸外遊びや散歩に行き、身近な自然と触れ合う保育士や友達と関わる中で自分の思いを言葉や動作で伝え合う

ちゅうりっぷ ー季節の移り変わりを感じ、散歩や戸外あそびを通して秋の自然に触れる遊びや活動を通して、保育士や友達との関わりをもつことを喜ぶ

さくら ー夏から秋への自然の移り変わりに興味、関心を持つ運動会の練習に取り組み、表現する喜びや楽しさを知る

ひまわり ー友達と目標に向かって力を合わせて取り組むことの楽しさを味わう夏から秋への自然の変化に気づき、興味、関心をもつ

ゆり ー友達と共通の目的を持ち、協力しながら活動に取り組み最後までやり遂げた達成感や充実感を味わう体を十分に動かし、友達と一緒に運動遊びや表現遊びを主体的に楽しむ



お知らせとお願い

- 9月より、もも組のリトミックが始まります。日程は、園便りでご確認ください。
- 8月末で水遊びを終了いたします。お着替えの準備など、ご協力ありがとうございました。



運動会について



10月8日(土)に予定されている運動会についてお知らせいたします。

対象：3・4・5歳児クラス
(クラス毎の入れ替え制となります)
(保護者の方の観覧は2名までとなります)

※0・1・2歳児クラスの当日の参加はありません。平日の保育の中で運動会ごっこを行います。保護者の方の観覧はありません。

★詳細は後日お知らせいたします。
★今後の情勢で変更の場合があります事ご了承ください。随時さくらメールやお手紙でお知らせいたします。何卒、ご理解いただきますようお願い致します。

クラス通信

9月



たんぽぽ組 (0才児)

まだまだ暑い日が続いていますが、少しずつ季節の変わり目を感じられる気候となりましたね。8月は室内で過ごすことが殆どでしたが、ソフト積み木やリズム遊び、ふれあい遊び、マット運動等、色々な遊びを満喫しました。だんだんと言葉もわかるようになり、保育士との関わりや会話のやりとりを楽しんでいる子ども達です。手を合わせて挨拶をしたり、玩具の貸し借りも少しずつ出来るようになり、日々成長を感じます。歌や音楽が好きな子ども達なので、朝の会ではピアノに合わせてリズムを打ったり覚えた手遊びを保育士と一緒にやる姿も見られます。園生活にもすっかり慣れ、ニコニコ笑顔を見せるたんぽぽさんです。体調を崩しやすい時期なので、来月も体調に



さくら組 (3才児)

夏の暑い日ももう終わりかと思わせるような涼しい夜が増え始めましたね。夏休み期間は、家庭保育にご協力いただきありがとうございました。お休み明けは久しぶりに会ったお友だちに「ひさしぶり〜」とうれしそうに挨拶しあう姿も見られました。8月はプールのほか園庭でホースのミストシャワーをくぐって遊んだり、ベランダで水あそびをしたりと、その時々状況に合わせて楽しむことが出来ました。9月には運動会の練習も始まります。体調に気を付け元気に取り組んでいけるといいなと思います。



もも組 (1才児)

7月同様、8月も暑い日はみんなが大好きな水遊びを楽しんできました。水遊びのご用意ありがとうございました。9月は少しずつ運動会ごっこに向けて、かけっこの練習や運動遊びを多く取り入れたり、涼しい日は戸外遊びや散歩にも行けたらと思っています。靴下や靴を履く機会が多くなるので、靴下や靴を履く練習も保育園とお家で頑張っていたらと思います。お喋りも段々と上手になり保育士とのやり取りやお友達との関わりも多くなり楽しそうな子ども達です。8月は体調を崩す子が多く、これからは夏の疲れも出てくる時期なので元気に過ごせるよう引き続き体調管理も行っていきたいと思っています。



ひまわり組 (4才児)

まだまだ汗ばむ季節ですが、朝夕の心地よい風に秋の気配を感じます。先日の梨狩りでは、大きい梨をじっくり選んで嬉しそうにもいできました。8月は、10人前後の登園の日も多く、テラスでの水遊びや大好きな粘土遊びで心ゆくまで集中したりと、いつもと違ったゆったりとした時間を過ごしました。ひと夏を過ごして、たくましくなったように感じられます。9月は運動会の練習も本格的に始まりますが、無理のないよう、子ども達の成長を見守りながら、元気に楽しく、たくさん笑って過ごすと共に、引き続き体調管理もしっかり行っていきたいと思っています。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

今月は体調不良の子が多く、おもいきり水遊びを楽しむことが出来ず、室内で過ごすことが多くなってしまいましたが、そんな毎日が続いたことで子ども達同士の絆や保育士との信頼関係がより深まった日々を過ごせたように思います。泣いてる子がいれば「どうしたんだろう？」と心配する子がいたり、一人が歌いだすと自然と仲良く合唱が始まったりと友達の姿を見て、沢山の刺激を受けながら過ごしていたひと月でした。来月は戸外遊びも多く行いながら、沢山身体を動かしていこうと思います。又、引き続き手洗いや手指消毒、そして玩具の消毒、換気など環境面にも配慮して健康に過ごしていきたいと思います。



ゆり組 (5才児)

8月の前半は猛暑日が続き大好き水遊びも陽射しをよけて、いつもとは違ってベランダで試みしました。ホースからのシャワーや水鉄砲の水を全身に浴び「やったなー！」「先生にも！！」と、とても嬉しそうなお友達でした。楽しみにしていた梨狩りも、元気よく歩いて行き自分達の手で採った梨を誇らしげに見せてくれました。ゆり組だけの特別な行事、夜のお楽しみ会では手作りの忍者すごろくでグループ毎に力を合わせ修行をしながら、かっこいいゆり組になってくれました。協力することの大切さを身につけて、これから本格的に始まる運動会の練習にもつなげていきたいと思います。

今月の給食レシピ

小松菜とハムのドレッシング和え

材料

小松菜・・・1袋
 ハム・・・3～4枚
 卵・・・2ヶ
 酢・・・大さじ1強
 サラダ油・・・大さじ1強
 醤油・・・小さじ1
 砂糖・・・小さじ1/3
 ごま油・・・小さじ1強
 塩胡椒・・・少々

作り方

①小松菜は茹でて水気を絞り、食べやすい長さに切る。ハムは短冊切りにする。卵は薄焼き卵を作り短冊切りにする。
 ②酢、サラダ油、醤油、砂糖、ごま油、塩胡椒を混ぜ合わせドレッシングを作る。
 ③小松菜、ハム、卵をドレッシングで和える。



ほけんだより

手洗い指導

手洗いは 感染症や風邪の予防につながります。

保育園では 大きな栗の木の下で の替え歌を使い 手洗い指導を行っております。おうちでも お子さんと一緒に 手洗いをしてみてください。

きれいな
手の洗い



9月 給食予定献立表

(4年8月31日)

E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

金ケ作保育園

日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ	日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ
木	1 ゆかりごはん 鶏のマーレド*焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁	ゆかり、鶏肉 マーレド*ジャム、ほうれん草 人参、もやし、鰹節、 キャベツ、油揚げ	E 223/279 P 12.4/15.5 F 2.7/3.4 食塩 1.4	麦茶(2~5歳) おにぎり、乾パン 麦茶(0.1歳) おにぎり	土	17 冷やしうどん さつまいもの甘煮	稲庭風うどん、トマト 胡瓜、めんつゆ さつまいも	E 193/242 P 6.6/8.2 F 0.6/0.7 食塩 1.5	牛乳 クラッカー せんべい
金	2 そうめん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ	そうめん、胡瓜、トマト 卵、めんつゆ 南瓜、鶏肉	E 287/359 P 11.8/14.8 F 3.3/4.1 食塩 1.7	牛乳 豆乳もち	日				
土	3 カレーライス すまし汁	豚肉、じゃがいも、人参 玉葱、カレールウ チンゲン菜、豆腐	E 275/345 P 7.5/9.3 F 7.2/8.9 食塩 1.6	牛乳 サブレ せんべい	月	敬老の日			
日	4 				火	20 発芽玄米ごはん ししゃもの黄金焼き 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁	のりたま、ししゃも、粉チーズ カレー粉、小麦粉、小松菜 ハム、卵、ごま油 南瓜、玉葱	E 288/361 P 12.3/15.4 F 8.9/11.1 食塩 1.3	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)
月	5 ごはん 豚肉のケチャップ焼き ポパイサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、しめじ ケチャップ、ほうれん草 えのき、豆腐、ねぎ	E 291/363 P 10.1/12.9 F 8.9/11.2 食塩 1.4	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	水	21 チャーハン チーズ入りトマトサラダ* オニオンスープ オレンジ	焼豚、卵、なると、万ねぎ キャベツ、胡瓜、チーズ 玉葱、わかめ、コンソメ	E 252/316 P 8.6/10.8 F 6.0/7.6 食塩 1.4	牛乳 人参ケーキ
火	6 発芽玄米ごはん 魚のパン粉焼き キャベツのごま和え みそ汁	おかか、鮭、マヨネーズ 青のり、粉チーズ、キャベツ 油揚げ、人参、大根 えのき	E 242/303 P 12.2/15.3 F 4.8/5.9 食塩 1.4	牛乳(2~5歳) マスカットゼリー 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	木	22 ごはん ミートボール野菜あんかけ フレンチサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉、玉葱、パン粉、卵 人参、しめじ、ケチャップ ソース、キャベツ、胡瓜 豆腐、ねぎ	E 310/389 P 9.5/11.9 F 10.9/13.5 食塩 1.5	牛乳 ぶどうパン
水	7 ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁 ヤクルト	ツナ、豚肉、ほうれん草 トマト、ごま油 なす、油揚げ	E 224/281 P 8.3/10.5 F 5.1/6.4 食塩 1.4	牛乳 バタースティックパン	金	秋分の日			
木	8 ふりかけごはん スパニッシュオムレツ 切干大根煮 みそ汁 バナナ	のりたま、卵、ほうれん草、人参 玉葱、じゃが芋、ベーコン、チーズ ケチャップ、牛乳、切干大根、大豆 竹輪、油揚げ、わかめ、ねぎ	E 371/465 P 13.8/17.3 F 10.6/13.3 食塩 2.2	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	土	24 冷麦 じゃがいもとベーコンの バター炒め	冷麦、胡瓜、みかん缶 めんつゆ、じゃがいも バター、ベーコン	E 304/380 P 12.7/15.9 F 6.5/8.2 食塩 3.0	牛乳 サブレ せんべい
金	9 ジャージャーうどん さつまいもの甘煮 たまごスープ オレンジ	稲庭風うどん、豚肉、生姜 にんにく、人参、玉葱、ねぎ もやし、胡瓜、片栗粉 味噌、さつま芋、卵、コンソメ	E 362/452 P 9.3/11.6 F 4.1/5.1 食塩 3.1	牛乳 かぼちゃもち	日				
土	10 ロールサンド キャベツスープ	ロールパン、ウインナー いちごジャム、ケチャップ、 ソース、キャベツ、玉葱 コーン、ベーコン、コンソメ	E 259/324 P 8.1/10.2 F 10.3/12.8 食塩 1.9	牛乳 ビスケット せんべい	月	26 わかめごはん 豆腐とはんぺんのシュウマイ もやしサラダ みそ汁	わかめ、豆腐、鶏肉、人参、玉葱 はんぺん、生姜、ごま油、片栗粉 シュウマイの皮、もやし、胡瓜 キャベツ、油揚げ	E 234/292 P 7.3/9.1 F 4.2/5.1 食塩 1.8	牛乳(2~5歳) オレンジゼリー 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい
日	11 				火	27 雑穀米ごはん 魚の生姜焼き 三色ごま和え みそ汁	おかか、鮭、生姜 ほうれん草、人参、もやし ごま わかめ、ねぎ	E 228/285 P 12.3/15.4 F 2.5/3.2 食塩 1.7	牛乳 餃子の皮のりんごパイ
月	12 ごはん 鶏のみそ焼き 胡瓜の華風和え みそ汁	鶏肉、味噌、生姜、胡瓜 わかめ、もやし、コーン ごま油、ごま、キャベツ 油揚げ	E 285/357 P 10.5/13.2 F 9.4/11.6 食塩 2.1	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	水	28 カレーライス コーンサラダ すまし汁	豚肉、じゃがいも、人参 玉葱、カレールウ キャベツ、胡瓜、コーン 小松菜、豆腐	E 302/377 P 8.5/10.5 F 8.3/10.4 食塩 1.9	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)
火	13 雑穀米ごはん 魚のカレー焼き マセドアンサラダ みそ汁	のりおかか、カラスカレイ カレー粉、生姜、じゃが芋 人参、胡瓜、ハム、チーズ マヨネーズ、豆腐、ねぎ	E 268/335 P 11.8/14.8 F 7.0/8.8 食塩 1.4	牛乳 ピザトースト	木	29 豆腐の肉野菜 あんかけ丼 トマトと胡瓜のナムル みそ汁	豚肉、豆腐、人参、玉葱 椎茸、いんげん、片栗粉 トマト、胡瓜、鶏ガラスープの素 ごま、大根、えのき	E 286/358 P 8.5/10.8 F 6.8/8.3 食塩 1.2	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
水	14 ひじきごはん 胡瓜とささみの ごまみそ和え すまし汁 オレンジ	ひじき、人参、油揚げ 胡瓜、鶏ささみ、味噌 もやし、ごま、わかめ えのき	E 202/252 P 7.4/9.3 F 2.3/2.9 食塩 1.6	牛乳 焼きいも	金	30 ロールサンド (ツナサラダ、ジャム) ポトフ オレンジ	ロールパン、苺ジャム、キャベツ 胡瓜、ツナ、マヨネーズ、人参 玉葱、じゃが芋、ベーコン コンソメ	E 295/368 P 8.7/11.0 F 10.3/13.0 食塩 2.0	牛乳 かぼちゃマフィン
木	15 ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ 小松菜のじゃこ和え みそ汁 バナナ	鶏肉、豆腐、生姜、卵、ねぎ スキムミルク、パン粉、味噌 小松菜、人参、じゃこ ごま油、なす、油揚げ	E 313/392 P 12.5/16.0 F 6.6/8.2 食塩 1.7	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	土				
金	16 ツナスパゲティ フルーツヨーグルト たまごスープ	スパゲティ、ツナ、ピーマン、玉葱、トマト トマトソース、ケチャップ、コンソメ にんにく、ヨーグルト、りんご 黄桃、バナナ、卵、ねぎ	E 244/306 P 8.0/10.0 F 4.8/5.9 食塩 1.2	牛乳 やさい蒸しパン	※	は新メニューになります			

※果物は仕入れの状況により、ない日もありますが栄養量の不足はありません。

※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。

※栄養価表示について、未満児→0~2歳児、以上児→3~5歳児を表しています。また食塩の数値は以上児のものです。

※午後のおやつが市販品の日は、3歳児以上に小魚が提供されます。

【お月見と食欲の秋☆】

秋は月が一番きれいに見える季節です。お月見のお供えの代表でもある里芋をはじめ、これからたくさんの食材が旬を迎えます。

おいしく食べて、残暑を乗り切りましょう。

9月 離乳食予定献立表

(4年8月31日)
金ヶ作保育園

日曜	初期	中期後期		完了期	日曜	初期	中期後期		完了期
		午後おやつ	離乳食・材料				午後おやつ	離乳食・材料	
1 木	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、ほうれん草	ゆかりごはん みそ汁	17 土				冷やしうどん さつまいもの甘煮
		鶏肉と野菜の煮物	もやし、人参、醤油	鶏のマーメイド焼き					
		みそ汁(キャベツ)	砂糖、鰹節、煮干	ほうれん草のおかか和え					
		ヨーグルト ビスケット	味噌、キャベツ	麦茶 おにぎり					
2 金	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	にゅうめん	そうめん、鶏ひき肉	そうめん	18 日				
		かぼちゃの甘煮	トマト、胡瓜、鰹節	かぼちゃのそぼろあんかけ					
		ヨーグルト せんべい	煮干、醤油	牛乳 豆乳もち					
			かぼちゃ、砂糖						
3 土				カレーライス	19 月				敬老の日
				すまし汁					
				牛乳 サブレ、せんべい					
4 日					20 火				発芽玄米ごはん みそ汁 ししやもの黄金焼き 小松菜とハムのトレンジ和え 牛乳 ビスケット、せんべい
5 月	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、ほうれん草	ごはん	21 水				チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ オレンジ 牛乳 人参ケーキ
		鶏肉と野菜の煮物	玉葱、えのき、醤油	豚肉のケチャップ焼き					
		みそ汁(豆腐、ねぎ)	砂糖、鰹節、煮干	ホバサラダ みそ汁					
		ヨーグルト せんべい	味噌、豆腐、ねぎ	牛乳 クッキー、せんべい					
6 火	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鮭、キャベツ、人参	発芽玄米ごはん	22 木				ごはん オレンジ ミートボール野菜あんかけ フレッシュサラダ みそ汁 牛乳 ぶどうパン
		白身魚と野菜の煮物	醤油、砂糖	魚のパン粉焼き					
		みそ汁(大根、えのき)	鰹節、煮干、味噌	キャベツのごま和え みそ汁					
		ヨーグルト クッキー	大根、えのき	麦茶 ヨーグルト、せんべい					
7 水	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、ほうれん草	ツナごはん	23 金				秋分の日
		鶏肉と野菜の煮物	トマト、醤油、砂糖	豚肉とほうれん草の和風サラダ					
		みそ汁(なす)	鰹節、煮干、味噌	みそ汁					
		ヨーグルト 食パン	なす	牛乳 ハタースティックパン					
8 木	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、人参、玉葱	ふりかけごはん	24 土				冷麦 じゃがいもとベーコンのバター炒め 牛乳 サブレ、せんべい
		鶏肉と野菜の煮物	じゃが芋、ほうれん草	スパニッシュオムレツ					
		みそ汁(わかめ、ねぎ)	醤油、砂糖、鰹節、煮干	切干大根煮 みそ汁 ハナナ					
		ヨーグルト せんべい	味噌、わかめ、ねぎ	牛乳 クラッカー、せんべい					
9 金	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	煮込みうどん	うどん、人参、玉葱	ジャージャーうどん	25 日				
		さつまいもの甘煮	ねぎ、もやし、鰹節	さつまいもの甘煮					
		ヨーグルト かぼちゃもち	煮干、醤油	たまごスープ オレンジ					
			さつまいも、砂糖	牛乳 かぼちゃもち					
10 土				ロールサンド	26 月				わかめごはん 豆腐とはんぺんのシュマイ やよしサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
				キャベツスープ					
				牛乳 ビスケット、せんべい					
11 日					27 火				雑穀米ごはん 魚の生姜焼き パナナ 三色ごま和え みそ汁 牛乳 餃子の皮のりんごパイ
12 月	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、もやし	ごはん 鶏のみそ焼き	28 水				カレーライス コーンサラダ 牛乳 クラッカー、せんべい
		鶏肉と野菜の煮物	胡瓜、醤油、砂糖	胡瓜の華風和え					
		みそ汁(キャベツ)	鰹節、煮干、味噌	みそ汁					
		ヨーグルト せんべい	キャベツ	牛乳 サブレ、せんべい					
13 火	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	カラスカレイ、人参	雑穀米ごはん みそ汁	29 木				豆腐の肉野菜あんかけ トマトと胡瓜のナムル みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい
		白身魚と野菜の煮物	じゃがいも、醤油、砂糖	魚のカレー焼き					
		みそ汁(豆腐、ねぎ)	鰹節、煮干、味噌	マセドアンサラダ					
		ヨーグルト 食パン	豆腐、ねぎ	牛乳 ピザトースト					
14 水	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	鶏ひき肉、もやし、人参	ひじきごはん	30 金				ロールサンド (ツナサラダ、いちごジャム) ポトフ 牛乳 かぼちゃマフィン
		鶏肉と野菜の煮物	胡瓜、醤油、砂糖	胡瓜とささみのごまみそ和え					
		すまし汁(わかめ、えのき)	わかめ、えのき	すまし汁 オレンジ					
		ヨーグルト ふかしもち	鰹節、煮干	牛乳 焼きもち					
15 木	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯)	豆腐、鶏ひき肉、ねぎ	ごはん みそ汁					
		豆腐鶏肉と野菜の煮物	小松菜、人参、醤油	豆腐入り鶏味噌つみれ					
		みそ汁(なす)	砂糖、鰹節、煮干	小松菜のじゃこ和え パナナ					
		ヨーグルト クッキー	味噌、なす	牛乳 クッキー、せんべい					
16 金	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	煮込みうどん	うどん、人参、玉葱	ツナスパゲティ					
		煮魚	鰹節、煮干、醤油	フルーツヨーグルト					
		ヨーグルト プレーン蒸しパン	カラスカレイ、砂糖	牛乳 やさい蒸しパン					

※ は新メニューです。

※果物は仕入れの状況により、ない日もありますが栄養量の不足はありません。
 ※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
 ※コンソメはアレルギー材料不使用無添加コンソメを使用しています。
 ※離乳食初期は月齢に合わせた内容で提供しています。