



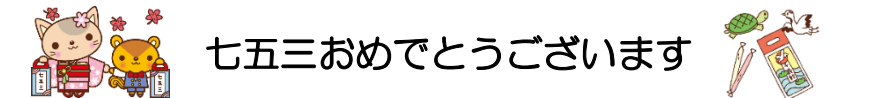
園だより

令和3年11月1日 社会福祉法人 下府中保育園

枯れ葉が舞い落ちる季節になり、朝夕はひときわ冷え込むようになりました。ますます深まる秋を感じながら、自然と触れ合いを楽しんでいる子どもたち。これから一段と寒くなる季節に負けず元気いっぱい戸外あそびを楽しんでいきたいと思ひます

保育目標

- ・秋の身近な自然に触れ、遊びの中に取り入れて楽しむ。
- ・衣服の調節や手洗い、うがいをし感染予防をし、健康に過ごせるようにする。



七五三おめでとうございます

七五三のお祝いをした子どもたちも多いようです。七五三は無事に大きくなれた感謝をこめて神様にお礼をする日。「おうちの人にも『ここまで大きくなったよ！いつもありがとう』の気持ちを伝えようね」と言うお話を七五三集会で伝えていきます。

勤労感謝の日

わたしたちの生活はたくさんの人に支えられています。勤労感謝の日を前に「ありがとう」の気持ちを伝えましょう。この機会にお父さん・お母さんのお仕事について話し合ってみるのもよいでしょう。

読書の秋です

子どもたちの好きな本を、子どもや担任に聞いてみましたので紹介します。



- | | | | |
|---------|----------------------------------|-------|-----------------------------------|
| たまご... | 「ないちゃったたまねぎ」
「のりものあつまれ」 | ほし... | 「にじいろのさかな」
「100かいだてのいえ」 |
| ひよこ... | 「キャベツのなかから」
「ねないこだれだ」 | つき... | 「バルバルさんとおさるさん」
「だめだめママだめ！」 |
| はな..... | 「どうぞのいす」
「へびのみこんだ
なにのみこんだ」 | ゆき... | 「3びきのかわいいオオカミ」
「であえてほんとうによかった」 |

お知らせ 発表会は12/25(土)下府中保育園にて行います。詳細につきましては後日手紙を配布致します。

たくさんの応援を

ありがとうございます。

10月20日はお忙しい中、運動会にお越しいただきありがとうございました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、二部制プログラムになりましたが、保護者の皆様の応援で、無事に開催することができましたことを嬉しく思います。

子どもたちは練習した成果をご家族の皆様にご披露することが出来、たくさんの笑顔を見ることができました。

これからも子どもたちのたくさんの笑顔、思い出、又自信につながるような保育を心がけていきたいと思っております。

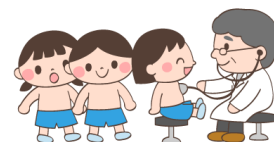


今年度は東京オリンピックにちなみ、プログラム作成から競技に至るまで、五輪や聖火を取り入れた記念の運動会となりました。

内科検診を終えて...

今年度2回目の内科検診で乳児クラスは泣く子はほとんどいなく、幼児クラスでは先生に挨拶をし大きな声で名前を伝えスムーズに行えました。

年長児はMRの予防接種を今年度中(2022年3月)までに受けてください。



おねがい

・遊び着の丈つめをされている方で、着丈など短く感じられる子どももいます。また上履のサイズも小さくなってきている子もいます。家に持ち帰った際には一度確認してみてください。

・ジャンパーなど上着を着てこられる子は園ではフックに掛けますので、掛けひもをつけてきてください。

11月の行事予定

日	曜	行事予定	備考
1	月		☆豊川小学校(豊川小)
2	火		
3	水	文化の日(祝日)	
4	木	音楽リズム教室	体操服着用
5	金		
6	土		
7	日		
8	月		
9	火	絵画教室	
10	水	身体測定	
11	木	県保育士会役員会	荻窪保育士
12	金		
13	土		
14	日		
15	月	七五三	☆富士見小学校(保健センター)
16	火		
17	水		☆酒匂小学校(いそしぎ)
18	木	絵画教室	
19	金		
20	土		
21	日		
22	月		
23	火	勤労感謝の日(祝日)	
24	水		
25	木	避難訓練	☆国府津小学校(マロニエ)
26	金	誕生会	
27	土		
28	日		
29	月	音楽リズム教室	体操服着用
30	火		※☆印は就学前検診です。



令和3年11月献立表



下府中保育園

月		火	水	木	金	土					
1	照り焼き魚 ゆかり和え 豚汁 (お茶・菓子)	2	鶏肉の竜田揚げ 変わり含め煮 おかか和え (牛乳・菓子)	3	文化の日 	4	鮭の塩焼き 切干大根の煮物 里芋の甘味噌からめ (ゼリー・菓子)	5	しょうが焼き 野菜ビーフン 含め煮 (お茶・菓子)	6	肉じゃが スティックきゅうり チーズ
	347kcal 20.2g/12.5g/2.1g										
8	カレーライス コールスローサラダ チーズ (牛乳・パン)	9	マーボー豆腐 ナムル 粉ふきいも (ヨーグルト・菓子)	10	魚のフライ ごぼうサラダ ブロッコリー (牛乳・ふかし芋)	11	煮込みハンバーグ 人参甘煮 ほうれん草のソテー (お茶・菓子)	12	鯖のカレーしょう油焼き ジャーマンポテト 甘酢和え (牛乳・バナナ)	13	しょうが焼き ポテトサラダ みかん缶
	485kcal 20.9g/22.6g/2.5g										
15	鮭の塩焼き 筑前煮 果物 (お茶・菓子)	16	豚肉のアップルソテー キャベツの胡麻ネーズ 粉ふきいも (お茶・菓子)	17	オムレツ かぼちゃの甘辛煮 きゅうりのポリポリ (ゼリー・菓子)	18	鶏肉のさらさ揚げ 中華風酢の物 さつまいも甘煮 (牛乳・パン)	19	おでん 梅和え 果物 (牛乳・菓子)	20	チキンステーキからめ ツナポテサラダ チーズ
	401kcal 25.6g/15.1g/1.5g										
22	コーンシチュー ほうれん草のサラダ チーズ (牛乳・パン)	23	勤労感謝の日 	24	チャブチェ 卵とわかめのスープ きゅうりのあちら漬け (お茶・菓子)	25	大豆入りキーマカレー ツナサラダ ごま和え (飲むヨーグルト・菓子)	26	お誕生会 	27	すき焼き風 粉ふきいも チーズ
	429kcal 18.3g/20g/1.3g										
29	鮭のごましょうゆ焼き 切り昆布の煮物 粉ふきいも (牛乳・ミド'ッ)	30	魚のバーベキュー ツナポテサラダ おかか和え (牛乳・菓子)								
	397kcal 19.4g/17.4g/1.7g			399kcal 22.1g/14.2g/1.5g							

☆今月の目標☆ 和食を食べよう。

11月24日は「1124=いいにほんしょく」で「和食の日」です。自然を尊重する食文化のすばらしさが認められ、和食はユネスコの無形文化遺産に登録されました。秋はお米をはじめ、様々な食べ物がおいしくなる季節です。ご飯におかずを組み合わせた和食について、見直してみたいかがでしょうか。

★和食の一汁三菜とは

和食の基本といわれる「一汁三菜」とは、日本人の主食である「ご飯」に、「汁物」と3つの「菜（おかず）」を組み合わせた献立です。体に必要な「エネルギーになるもの」「体をつくるもの」「体の調子を整えるもの」という3つの栄養素を、バランスよく摂ることができます。

★みそ汁に旬の食材を使おう！

旬の食材を多く使うと栄養バランスもよくなります。これからの季節は根菜類やきのこ類がおいしくなるので、具だくさんの味噌汁にして体をあたためましょう。

旬の食材 「みかん」

一般的にみかんといえば、皮がやわらかく手でむける「温州みかん」を指します。

産前産後回復期等の予防・回復・養分補給に必要なたんぱく質の確保です。

☆材料の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

☆ () は午後のおやつです。

☆ (kcal) はエネルギー、(g) はタンパク質・脂質・食塩相当量の順に表示してあります。

☆栄養摂取量の基準が改正されましたので、それに準じて献立を作成してあります。

疲労回復や風邪の予防・回復、美肌作りに必要なビタミンの玉庫です。