

社会福祉法人アコモード  
アンジェリカ保育園 えんだより

2023

# DIARY

# 5

News from Angelica

May

2023/5



## 園長より

先日の、説明会ではお忙しい中ご参加いただきありがとうございました。

説明会に参加できなかった方、わかりずらかった、ほかに聞いてみたいことがある等々、ございましたらお気軽にお声掛けください。

さて今回は「説明会」では触れなかったアンジェリカ保育園の玩具、その中でも「お人形」について少しご紹介させていただきます。

乳児クラスにはそれぞれ、大きさにあった布団やベッドなどの居場所があり、名前をつけて親しんでいるお人形がいます。

保育士はやさしく人形に話し掛けたり、お世話したり丁寧に扱う姿を子どもに見せることでお手本となります。



はじめは、簡単なお世話遊びからはじまり、だんだんと見立て遊びがはじまっていきます。

身近な、大人にしてもらったことを今度は自分が再現し、自分の中に取り込んでいきます。ごっこ遊びやお世話遊びを通して子ども時代に愛情の体験を再現することは、自己肯定感や信頼感の確認になります。

玩具一つひとつをとっても役割があり、こだわりを持って選んでいます。今後も園のこだわりの玩具を紹介していけたらと思います。

新年度のスタートから一か月がたち、慣れてくるとともに疲れもたまってきたころです。5月の連休では、しっかりとリフレッシュして元気に登園してきてくれることを楽しみにしています。

5

Event schedule  
行事予定

- 8日（月） 身体測定（0.1.2歳児）  
運動遊び（3.4.5歳児）
- 9日（火） 身体測定（3.4.5歳児）
- 15日（月） 運動遊び（3.4.5歳児）
- 19日（金） 徒歩遠足（4.5歳児）
- 26日（木） 避難訓練



Information  
お知らせ

### お車で送迎される際のお願い

隣接する「ヘアーサロンナゴヤ」さんのご厚意によりお借りしている駐車場の利用は朝7時～9時、夕4時～6時までになります。

営業時間中は、お店から離れたところから詰めて停めて頂き、2台分のみの利用となります。よろしくお願いいたします。

園内駐車スペース同様、送迎は速やかに譲り合ってお使い下さい。

# 2023年度 アンジェリカ保育園年間行事予定 ～子どもたちの過ごす春夏秋冬～

《 行事について 》 ※各行事の詳細につきましては、各行事ごとにお知らせいたします。

むらさき色の行事は、保護者を招いて行います。その他のものにつきましては、日中の活動として行います。

【ご注意】以下の行事のある土曜日は給食の提供はありませんので、ご利用の際にはお弁当をご持参ください。

- ①10月7日 運動会 ②12月2日 お楽しみ会 ③3月16日 卒園式
- ※感染症等、やむを得ない事情により、行事が延期や中止になる場合も、上記の3日間はお弁当持参でのご利用となりますので、ご了承ください。
- ※利用者が極端に少ない場合(お盆の時期など)もお弁当のお願いをさせていただきますので、ご了承ください。


《 その他の行事について 》

- [健診]歯科健診 年一回春頃 ・ 内科健診 年二回 夏頃と年度末頃。
- [個人面談]1人15分程度、年度中期から後期あたりに開始する予定です。
- [身体測定]毎月一回 第二週目頃に行います。
- [避難訓練]毎月末に行います。月のみ防災の日に際しての集会を幼児対象に行います。
- [絵本給食]年に数回、絵本に出てくるお料理が、給食として出てきます。
- [わらべうた集会]担当保育士が定期的に、伝統的なわらべうた、わらべうた遊びを子ども達に伝えます。
- [お誕生日]月ごとの誕生会は無く、お子様1人ひとりのお誕生日当日に、クラスでお祝いします。
- 当日が休園日の場合は前後することがあります。



月	行事	内容
5月	初旬頃 野菜の当番え (4、5歳児)	グループごとに野菜を植え、自分達で野菜を育て、収穫します。
	19日(金) 徒歩遠足 (4、5歳児)	お家の方に作っていただいたお弁当を持って遠足に行きます。
6月	幼児保育参観 5月末、6月初旬	5月31日が3歳児つき組、6月1日が4歳児ほし組、2日が5歳児ぞら組の参観を行います。子ども達の園生活の様子をご覧いただけます。詳細につきましては、お知らせをご確認ください。
	乳児 保育参観 6月中	子ども達の園生活の様子を、覗き穴から覗いてご覧いただけます。詳細につきましては、お知らせをご確認ください。
7月・8月	7月中旬以降～8月下旬頃 水/泥んこ遊び	全身で水や泥の感触を楽しみます。
	7月末頃 縁日ごっこ	3、4、5歳縦割りのグループでお店の企画や運営を経験します。当日はお店回りや縁日給食など、夏祭りの雰囲気を楽しみます。
	夏の間 スイカ割り	スイカの匂いを嗅いだり、手で触れて大きさを体感してみたり…。幼児組はスイカ割りに挑戦する予定です。
9月	1日(木) 防災の日集會 (3、4、5歳児)	自然災害について知り、避難方法について再確認します。
10月	7日(土) 予備日8日(日) 運動会 (3、4、5歳児)	本園庭にて秋の大運動会を開催します。予備日も雨天等で中止となった場合、9日(月)に園児と保育士のみで行います。 ※土曜日保育ご利用の方は、給食の提供はありませんので、お弁当をご用意ください。
	20日(金) バス遠足 (4、5歳児)	大型バスに乗って遠足へ行きます。お弁当をご用意をお願いします。
	10月末頃 お手塚	大きなお手が照れるかな?お土産のお手も楽しみにしてください!

月	行事	内容
12月	2日(土) お楽しみ会 (3、4、5歳児)	本園2Fフロアにて、絵本等を題材にした劇あそび、合唱や合奏。年齢、成長に合わせた内容の発表を行います。 ※土曜日保育ご利用の方は、給食の提供はありませんので、お弁当をご用意ください。
	25日(月) クリスマス会	サンタさんと一緒にクリスマスの雰囲気を楽しみます。お昼寝明けには、嬉しいプレゼントが届くかも・・・♡
	中旬 仲良し交流	年長児が数名ずつ、各クラスに来て一緒に遊んだり、お世話を通して異年齢交流を行います。
	下旬 おもちゃつき (3、4、5歳児)	本物の臼、杵を用意し、お餅つきを行います。ついたお餅は、饅頭にして飾る予定です。
2月	2日(金) 豆まき集會	絵本や紙芝居で由来を知ったり、行事の雰囲気味わい、楽しみながら日本の伝統に触れます。
3月	1日(金) ひな祭り集會	
	8日(金) 卒園遠足 (5歳児)	保育園最後の遠足に行きます。お弁当をご用意をお願いします。
	14日(木) お別れ会	出し物やプレゼントを用意して、年長組の卒園をお祝します。
	16日(土) 卒園式 (5歳児)	年長そら組の子ども達を送り出す最後の行事です。 ※土曜日保育ご利用の方は、給食の提供はありませんので、お弁当をご用意ください。



※感染症の流行等の理由により行事の内容の変更や延期、中止になる場合がありますので、ご了承ください。

【運動あそび指導(3.4.5歳児)】講師を招き、体を動かすことの楽しさを教えてもらいます。運動しやすい服装での登園をお願いします。

- 4月…17日、24日 5月…8日、15日、22日 6月…5日、19日 7月…3日、10日 8月はありません 9月…4日、11日、25日
- 10月…2日、16日 11月…13日 12月…18日 1月…22日 2月…5日、19日 3月…4日

【ハイチーズカメラマン撮影日】プロのカメラマンが子ども達の様子を撮影してくれます。撮影後販売いたします。

- 4月…26日 5月…10日、26日 6月…14日 7月…7日、28日(縁日ごっこ) 8月…4日 9月…11日 10月…7日(運動会)、20日(バス遠足)、26日(お芋ほり)
- 11月…24日 12月…2日(お楽しみ会)、25日(クリスマス会) 1月…15日 2月…1日 3月…8日(卒園遠足)、14日(お別れ会)、16日(卒園式)

【表現あそび】外部より講師を招きます。 ※秋頃に、乳児クラス対象に親子で体験できる行事を計画中です。詳細は決定後お知らせします。

- 4月…26日 5月…10日 6月…14日 7月…7日 8月…4日 9月…6日 10月…4日 11月…4日
- 12月…6日 1月…17日 2月…7日 3月…6日

その他、掲載していない行事を催す際はお知らせいたします!

今年も、楽しい一年にしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします!



## 感染症拡大防止について

5月8日より、新型コロナウイルスの取り扱いが変わります。

感染した際の登園基準は、発症日の翌日より5日経過かつ、症状軽快後1日を経過するまでとなります。

ご兄弟、ご家族が感染してしまった場合の取り扱いにつきましては、インフルエンザ同様、基準に達するまで家庭保育をお願いいたします。

### お知らせ 1

## 保育参観について

保育参観を行います。

0～2 歳クラス 6月23日（金）6月中に各クラス先着2組までで行います。9時～給食終了まで。

3～5 歳クラス 5月31日～6月2日 10：00～ クラスごとにメインの日に参観してください。  
10時～11時30分まで（給食前まで）

### お知らせ 2

## 歯科検診の日程について

歯科検診の日程が決まりましたのでお知らせいたします。

4. 5 歳クラス 6月9日（金）10：00～

0～3 歳クラス 6月23日（金）10：00～

しっかりと歯を磨いてからの登園をお願いします！当日欠席等により検診を受けられなかった場合は各自で検診を受けてください。

### お知らせ 3

## 虫よけスプレー、かゆみ止めについて

蚊が出始める季節です！保育園では、虫よけ対策として必要に応じて市販の虫よけスプレー（フマキラスキンベープミスト等）を使用しています。

蚊に刺されてかゆがっている場合にも市販のかゆみ止め（ムヒベビー等）を使用します。

体質的に合わないなどがあれば担任にお知らせください。

## 運動遊び指導

アンジェリカ保育園では、3.4.5歳児クラスになると毎月体操の先生と一緒に運動遊びを楽しみます！

心身の健全な発達には、思い切り体を動かして遊ぶことが大切です。

毎月の「運動遊び」の活動を通して運動遊びのレパートリーを増やし、日ごろの遊びがより充実したものになって欲しいと考えています。

今年度より担当は総合体育研究所千葉より小谷浩太哉先生です。



総合体育研究所千葉



## 表現あそび

今年度より“ちっち先生”による「表現あそび」がスタートしました。そら組さんを中心に月に一回「表現」について一緒に考え形にしていきます。

9：00からの時間は自由遊びの中で、ちっち先生に書いた絵を見てもらったり、工作のアドバイスをもらったりします。

10：00からは、そら組さんは“ちっち”先生と一緒に、テーマの「縁日ごっこ」について「何をしたいか」「何をつくりたいか」などと一緒に話し合いながら決めていきます。

一方的に教えて、「つくる」「つくらせる」のではなく、子ども達の「思い」を「絵」や「工作」などの形にしていきます。気づかなかった自分の思いに気づいたり、表現の楽しさや喜びを感じてもらえたらと思います。

そら組から異年齢での活動を通して、色々なクラスに伝わって行けばと



## 子育てのヒントを掲載します

## ～自己肯定感について～

「良い所も悪い所も自分は自分！」自分のありのままの姿を需要できる力を自己肯定感といいます。

自己肯定感が高いと、失敗しても、自分の存在ではなく、行動や原因を改善しようという考えを持てるようになります。

これは、生きていく中での幸福感にもつながるものであり、とても大切な力です。

幼児期は、スポンジのようになんでも吸収する時期であり、その成長過程では失敗もつきものです。もしその時期に、できないことや失敗したことばかりを指摘されたり怒られたらどうでしょうか？

「自分はダメな人間だ」「どうせできない」と、自己肯定感が低くなってしまいますね。

さらに、できないこと・苦手なことがある = いけないこと と思ってしまいやすくなります。

子どもの年齢が上がるにつれどうしても「できてあたりまえ」と期待値も上がってしまい「できた」ことより「できていないこと」に目が行きやすくなってしまいます。

なので、大人はできていない9割の事より、できている1割の事に意識的に目を向けてあげることが大切になるのです。

「なんだか最近叱ってばかりだなあ」と思われた方は、ぜひお子さんの「できた」は何かあるかという視点で日常を送ってみてください。

毎日の小さな積み重ねが子どもの大きな自己肯定感に繋がります！

## Topics

## おすすめ書籍の紹介です

## 書籍紹介

## 「母子によせる言葉のせせらぎ」 浜文字子



まず著者浜文字子さんの詩を紹介させていただきます。

抱きしめなさい 子を 育児書を閉じ 子育てセミナーを欠席し  
抱きしめなさい 子を 誰にも遠慮せず あなたの子を しっかりと 抱きしめなさい  
抱きしめなさい 子を 母の膝が 子供の愁いの すべてを除く その時代に  
いつか母の膝は 子の悲しみに近づけない日がやって来る  
やがて母の手が 子の涙を拭いてやれない日が訪れる  
きっと来る その日 子が涙を拭う手に 柔らかな記憶の手が重なるように  
痛む子の心が 温かな思い出の膝に包まれるように  
母よ 抱きしめなさい 子を もう何もしてやれない日のために 抱きしめる手が 子の未来に届くよう  
幾度も 幾度も 抱きしめなさい 母たちよ やがて別れる者として  
あなたの子を しっかり胸に 抱きなさい

目に見える成長だけでなく、未来の子ども達の記憶のどこかで少しでも支えになってあげられるような保育をしたいと思えるきっかけになった詩です。

「母子によせる言葉のせせらぎ」は、短い言葉集です。ちょっとした時に何度も見返したくなります。

育児真っただ中の皆様にはぜひ手にとっていただきたい一冊です。



日	曜日	献立名		給食・材料名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)	塩分 (g)	
		昼食	おやつ(☆手作り)	熱やカになるもの	血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの						
1	月	ご飯 鶏肉のコーンマヨネーズ焼き ビーフンソー 味噌汁 もも缶	牛乳 ☆バナナスコーン	米 マヨネーズ ビーフン 油	鶏肉 豚肉 高野豆腐 みそ	玉葱 コーン もやし 人参 ビーマン きゃべつ 干し椎茸 もも缶	493 605	16.9 20.4	17.5 21.4	1.3 1.7	2.0 2.4	
2	火 子ども日 行事食	ハヤシライス(こいのぼり型) ツナサラダ みかんゼリー	牛乳 ☆かぶとパイ(幼児) ☆チーズ蒸しパン(乳児)	米 麦 油 小麦粉 砂糖	豚肉 ツナ ゼラチン	玉葱 人参 グリーンピース マッシュルーム きゃべつ コーン みかん缶	492 582	17.5 21.1	15.6 18.7	2.3 2.7	1.5 1.9	
6	土	ピピン丼 春雨サラダ 中華スープ みかん缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 砂糖 ごま ごま油 春雨	豚肉 高野豆腐 鰯糸卵	玉葱 もやし 人参 ほうれん草 きゃべつ さや コーン みかん缶	479 563	17.6 20.8	16.3 18.8	1.3 1.6	1.5 1.8	
8	月	マーボー丼 もやしのナムル みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆型抜きクッキー	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油	豆腐 豚肉 高野豆腐 みそ かにかま 油揚げ	にら 玉葱 もやし ほうれん草 人参 わかめ オレンジ	485 588	19.3 23.3	17.9 21.4	1.8 2.2	1.8 2.3	
9	火	ミニロールパン ポークビーンズ フレンチサラダ ココアミルクゼリー	牛乳 ☆ツナカレーチャーハン	パン じゃが芋 油 砂糖 片栗粉	大豆 豚肉 チーズ 牛乳 ゼラチン	人参 玉葱 ビーマン マッシュルーム ブロッコリー ホールトマト コーン	467 576	19.9 25.4	15.7 18.7	1.4 1.9	1.9 2.3	
10	水	ご飯 ホイコーロー じゃが芋のカレー煮 すまし汁 グレープフルーツ缶	牛乳 ☆チーズ入りケーキ	米 油 ごま油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	豚肉 みそ	きゃべつ 玉葱 人参 もやし ビーマン 大根 えのき 小松菜 グレープフルーツ缶	476 579	18.2 22.0	14.6 17.2	1.7 2.2	1.7 2.1	
11	木	やきそば 中華スープ ももヨーグルト	牛乳 ☆いなりおにぎり	麵 油 ごま 砂糖	豚肉 豆腐 ヨーグルト スキムミルク	きゃべつ もやし 玉葱 人参 葱 小松菜 もも缶	474 573	17.9 21.4	13.2 15.4	1.2 1.6	1.5 1.9	
12	金	ご飯 かわいいムニエル・トマトソース ごま酢あえ みそ汁 バナナ	飲むヨーグルト ☆ポテトのロールパイ	米 小麦粉 油 砂糖 ごま	かわいい 鰯糸卵 油揚げ みそ	ホールトマト 玉葱 もやし 人参 きゃべつ 大根 バナナ	494 593	19.3 23.8	12.6 15.6	1.7 2.1	1.2 1.5	
13	土	豚塩炒め丼 のり酢和え みそ汁 もも缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 ごま油 油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	豚肉 厚揚げ ツナ みそ	人参 玉葱 干し椎茸 きゃべつ もやし さや わかめ もも缶 小松菜	446 522	18.2 21.6	12.1 13.6	1.3 1.5	1.5 1.8	
15	月	ご飯 タンドリーチキン 野菜のソテー みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆フレンチトースト	米 油	鶏肉 ヨーグルト 油揚げ みそ	きゃべつ 人参 玉葱 もやし えのき 小松菜 ビーマン オレンジ	465 564	18.6 22.5	17.1 20.4	1.7 2.0	1.5 1.9	
16	火	黒糖パン ミートローフ きゃべつサラダ トマトスープ グレープフルーツ缶	牛乳 ☆おほかおにぎり	パン 油 小麦粉 片栗粉 砂糖	豚肉 豆腐 ツナ ベーコン	玉葱 人参 グリーンピース きゃべつ アスパラガス ホールトマト フルーツ缶	487 590	20.4 24.5	17.1 20.2	1.6 2.1	1.3 1.7	
17	水	カレーライス カリフラワーサラダ みかんヨーグルト	牛乳 ☆ちぢみ	米 麦 じゃが芋 油 小麦粉	豚肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク	玉葱 人参 カリフラワー トマト みかん缶	501 604	17.7 21.1	15.9 18.5	2.2 2.7	2.0 2.6	
18	木	ツナトマトスパゲティ フレンチサラダ コーンスープ アップルゼリー	牛乳 ☆タ焼けおにぎり	スパゲティ 小麦粉 油 砂糖	ツナ 粉チーズ 牛乳 ゼラチン	玉葱 人参 しめじ ビーマン ブロッコリー きゅうり コーン りんごジュース	509 614	20.3 24.3	10.7 12.2	1.8 2.2	2.0 2.7	
19	金	ご飯 コロッケ ブロッコリーのおかか和え 豚汁 もも缶	牛乳 ☆ケチャップライス	米 じゃが芋 里芋 小麦粉 パン粉 油	豚肉 牛乳 ツナ みそ	玉葱 ブロッコリー 人参 大根 葱 こんにやく ごぼう もも缶	508 617	16.4 19.5	14.2 16.6	1.4 1.7	1.1 1.4	
20	土	豚卵丼 ビーフンサラダ みそ汁 バイン缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 ごま油 油 砂糖 ビーフン	豚肉 卵 ツナ 高野豆腐 みそ	玉葱 えのき きくらげ 人参 いんげん もやし ほうれん草 バイン缶	501 591	21.0 25.0	15.7 18.1	1.4 1.7	1.2 1.5	
22	月	ご飯 鶏肉の味噌漬焼き きゃべつのおかか和え すまし汁 オレンジ	牛乳 ☆チャーハン	米 砂糖 油 ごま ごま油	鶏肉 みそ ツナ	きゃべつ 人参 もやし 大根 えのき オレンジ	446 540	17.1 20.6	13.4 15.7	1.0 1.3	1.7 2.0	
23	火	ご飯 かわいいチーズ焼き マカロニサラダ みそ汁 もも缶	牛乳 ☆メロンパンクッキー	米 小麦粉 油 パン粉 マカロニ マヨネーズ ごま	かれない チーズ 豆腐 みそ	きゃべつ 人参 ブロッコリー 葱 わかめ もも缶	511 610	19.6 23.6	14.6 16.9	1.7 2.1	1.5 2.1	
24	水	麦ごはん 照り焼きハンバーグ ポテトサラダ みそ汁 バイン缶	牛乳 ☆ポップコーン・ココア蒸しパン (乳児はココア蒸しパンのみ)	米 麦 油 マヨネーズ パン粉 砂糖 片栗粉 じゃが芋	豚肉 鶏肉 高野豆腐 みそ 牛乳 油揚げ	玉葱 きゅうり 人参 きゃべつ バイン缶	489 593	18.0 21.3	16.0 20.1	1.4 1.8	1.5 1.9	
25	木	みそちゃんごどん ツナ入り卵焼き いちごミルクゼリー	牛乳 ☆菜めしおにぎり	うどん 油 砂糖 いちごソース	豚肉 さつま揚げ みそ 卵 ツナ 牛乳 ゼラチン	きゃべつ 玉葱 人参 小松菜 ごぼう さや	458 552	21.5 25.9	14.4 16.9	2.3 3.0	1.3 1.7	
26	金	ご飯 さばの葱もそ焼き 大豆と野菜の煮物 すまし汁 バナナ	ミロ ☆フルーツケーキ	米 ごま油 砂糖 片栗粉	さば みそ 大豆 さつま揚げ 高野豆腐	葱 大根 人参 干し椎茸 いんげん わかめ 小松菜 バナナ	521 622	20.1 24.2	16.1 18.8	1.3 1.7	1.1 1.4	
27	土	中華あんかけ丼 きゃべつのごま酢あえ みそ汁 みかん缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	豚肉 ツナ ゼラチン 高野豆腐 みそ	きゃべつ もやし 人参 きくらげ さや きゅうり 玉葱 小松菜 みかん缶	443 520	19.5 23.4	12.8 14.6	1.5 1.8	1.3 1.6	
29	月	ご飯 鶏肉のビザ風焼き ちくわりきゃべつのお和え物 みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆バナナとジャム入りケーキ	米 油 ごま ごま油 砂糖	鶏肉 チーズ ちくわ 油揚げ みそ	玉葱 きゃべつ 人参 小松菜 干し椎茸 オレンジ	468 568	17.8 21.5	16.3 19.4	1.6 2.0	1.4 1.7	
30	火	ロールパン 豚肉のマーマレード炒め かぼちゃサラダ 豆乳スープ グレープフルーツ缶	牛乳 ☆ツナピラフ	パン 小麦粉 油 片栗粉 マヨネーズ	豚肉 スキムミルク チーズ 豆乳	玉葱 人参 かぼちゃ きゃべつ コーン グレープフルーツ缶	541 625	21.3 24.8	18.7 21.4	2.1 2.5	1.1 1.4	
31	水	麦ごはん あじのごま焼き 筑前煮 みそ汁 バナナ	牛乳 ☆いももち	米 麦 小麦粉 ごま ごま油 油 砂糖	あじ 鶏肉 高野豆腐 みそ	大根 れんこん 人参 ごぼう こんにやく 干し椎茸 小松菜 しめじ バナナ	435 526	18.2 22.0	13.3 15.6	1.3 1.7	1.9	
平均栄養量 1.2歳児							483	18.8	15.1	1.6		
※ 食材料入荷の都合等により、献立を変更させて頂く場合があります。ご了承ください。							3.4.5歳児	580	22.7	17.8	2	1.5
※ おやつは牛乳は1歳クラス 午前80ml、午後80ml 2〜5歳クラス午後のみ110〜120ml 出しています。												1.9
※ 土曜日 お楽しみおやつ 余剰分の食材を使った手作りおやつです。												
※ 献立に使用している食材で食べた事のないものがある場合は、事前にご家庭で食べてみてアレルギー反応が出ないか確認をお願いします。												

## 食育だより 5月

木々の緑が鮮やかになり、さわやかな季節となりました。

入園、進級して1ヶ月が過ぎました。新しい環境に慣れ、子ども達の笑顔がたくさん増えてきました。体を動かすのに良い季節となり、外遊びやお散歩の機会がふえました。

給食の前は、「お腹すいたぁー」という声がたくさん聞こえてきます。

モリモリ食べて今が旬の筍のように、すくすくと健やかに育ててほしいですね。

### 先月の食育の様子

#### そらぐみ 包丁の使い方を知ろう（包丁の練習 1回目）

そらぐみでは、1年間かけて包丁を使っていきます。

1回目は、粘土とプラスチックナイフを使い練習です。

粘土を細長くのばし、ナイフを本物の包丁のつもりで使っていきます。

左手は丸めて、ナイフは前へ前へと動かしていきます。みんな、なかなか良い手つきです。

次は本物の包丁できゅうりを切ります。最初は先生と一緒に…次は1人で切っていきます。

「かわいいぁ〜」と言いながらも落ち着いて上手に切ることができました。

5月は少し硬い人参を切ります。少しずつ練習を重ね、来年には美味しいカレーが作れるように頑張っていきます。

2月に水につけた玉葱が、こんなに大きくなりました！

早く根と芽が出てこないかなぁ〜と楽しみにしながら、観察していました。

このように水耕栽培すると本当の玉葱の姿が見ることができて面白いですね。

もう少し栽培を続けてどのようになっていくのか、観察してみます。



### 給食の栄養量について

当園の給食は、子どもの身長・体重から給与栄養目標量を以下のような基準で作っています。

	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	食塩(g)
未満児(1.2歳児)	480	19.2	13.8	1.5
以上児(3.4.5歳児)	580	23.2	16.8	1.8

#### 牛乳・乳製品はどのくらい摂れば良いの？

牛乳や乳製品には、良質のたんぱく質やカルシウムが多く含まれます。

お子さんの成長を支えるには摂ってほしい食品の一つです。

幼児の牛乳・乳製品の1日の摂取目安量は、200~300gです。

園では、おやつに1歳児午前80ml・午後80ml 2~5歳児 午後のみ110~120ml

出しています。その他に調理に使用する事もあります。

ご家庭での牛乳摂取量の参考にしてください。



### 5月の給食

#### 5月5日は子どもの日・端午の節句

保育園では、5月2日(火)子どもの日メニューで、こいのぼりハヤシライスを出す予定です。

おやつは、春巻きの皮を使った「かぶとパイ」です。(幼児クラスのみ)おたのしみに！



「端午の節句」は中国から伝わった五節句の一つでちまきや柏餅を食べます。

柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、

また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれています。

園では柏餅を出すことはできませんが、ぜひご家庭で皆さんで召し上がってみてはいかがでしょうか。