



小野こども園

令和6年4月26日

新緑のまぶしい季節になり、園庭や道に咲いている花もキラキラ輝いて見えます。そして、そよそよと吹く風と一緒に周りの花や木々たちも楽しそうに揺れています。

入園、進級から1ヶ月が過ぎ、不安でいっぱいだった子どもたちの顔から少しずつ緊張がとれ、元気な笑顔が見られるようになりました。爽やかな気候の中、友だちと一緒に元気いっぱい走り回ったり、体操をしたりと、戸外遊びを楽しんでいます。



5月 保育のねらい

- ★生活のリズムを整えながら、健康で安全な生活が送れるようにする。
- ★園生活の決まりを守り、友だちと仲良く遊ぶ。
- ★春の自然に親しむ。



- ・ 7日(火) 5才児 昼寝開始(布団持参)
- ・ 13日(月) 5才児 園児交流会
- ・ 20日(月) 身体計測
- ・ 24日(金) 避難訓練
誕生会
- ・ 29日(水) 5才児 シルエット観劇



- ★自分の持ち物が一目でわかるように、全ての持ち物に名前を書いてください。
- ★5日の「こどもの日」にちなんで、お菓子の詰め合わせを持ち帰ります。(保護者会援助)
- ★20日(月)からトライやるウィークが始まり、小野中学校から生徒が来ます。
- ★看護師が、一身上の都合により、退職しました。

母の日にちなみ、日頃の感謝の気持ちを込めて、プレゼントを持って帰ります。また、イオン小野店では、4,5才児が描いた「家族の絵」を展示しています。

※展示期間 4月25日(木)～6月16日(日)まで
展示場所 イオン小野店 1階セントラルコート横



- ・ 3日(月) オープンスクール 5才児
- ・ 4日(火) オープンスクール 4才児
- ・ 5日(水) オープンスクール 3才児
- ・ 6日(木) オープンスクール 0.1,2才児
- ・ 17日(月) 5才児 園児交流会

バンドー青少年科学館



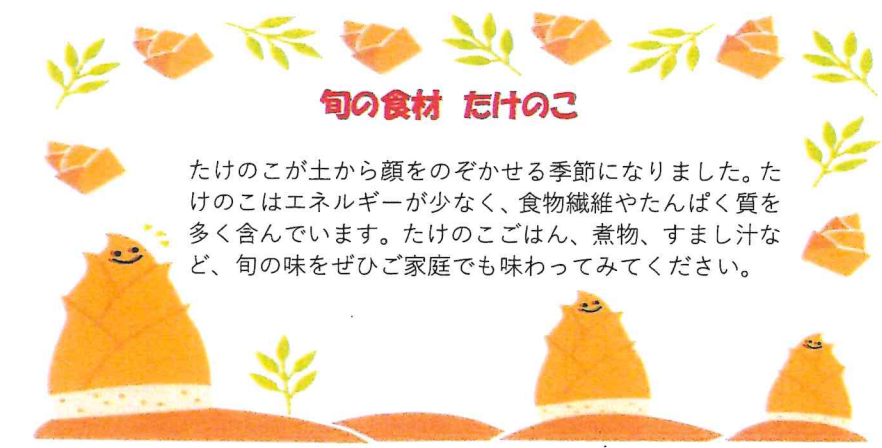
- 1 まずは早起きから
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。
- 2 朝の光でスタート!
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めるのがポイントです。
- 3 日中にしっかりおそび
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
- 4 午睡は15時半までに
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。
- 5 お風呂はぬるめに
熱いお風呂は、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。
- 6 入眠前の習慣づけを
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。





5月の給食だより

バランスのよい食事に、好き嫌いは大敵。幼児の場合は、うまく咀嚼しやがができなかったり、経験不足による「食わず嫌い」が原因だったりすることが多いものです。嫌いなものを強制せず、食べやすい調理法や盛りつけを工夫しながら、味に慣れることで「楽しい食卓づくり」を心がけることが大切だと思っています。

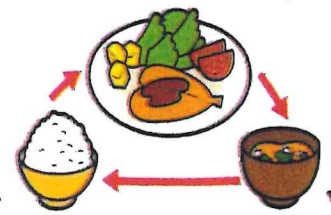


旬の食材 たけのこ

たけのこが土から顔をのぞかせる季節になりました。たけのこはエネルギーが少なく、食物繊維やたんぱく質を多く含んでいます。たけのこごはん、煮物、すまし汁など、旬の味をぜひご家庭でも味わってみてください。

三角食べのすすめ

ひとつのお皿の料理を食べ終わって、から次のお皿へと、「ばっかり食べ」をしている子が多く見られます。苦手な物には手をつけないで残したり、好きなおかずだけでおなかいっぱいにならないよう、バランスよく順番に食べる「三角食べ」（ご飯⇒汁物⇒おかず⇒ご飯…）ができるように、ご家庭でも声かけをお願い致します。



おやつレシピ

〇お豆腐どーなつ

<材料>

- ・ホットケーキミックス 200g
- ・お豆腐 150g
- ・グラニュー糖 適量

すべての材料をボールに入れ混ぜ、170℃の油で揚げ、グラニュー糖をまぶして完成です。



<< 5月 >> *給食献立予定表*

曜	給食献立名	材 料			
		血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーのもと	その他
1	魚のフライ	メルルーサ	人参 キャベツ 胡瓜	小麦粉 パン粉 天ぷら粉	ソース
水	ポテトサラダ 果物	ハム	コーン ブロッコリー バナナ	マヨネーズ 油	塩 コショウ
2	高野豆腐の卵とじ チーズ	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野	人参 玉葱 青葱	じゃが芋 砂糖	和風だし 醤油
木	ひじきの酢の物	ハム 生ひじき	胡瓜 コーン	胡麻	塩 酢
7	コーンカレー ゆで卵	鶏肉	人参 玉葱 コーン 福神漬	じゃが芋	カレールー
火	福神漬け 果物	卵	ブロッコリー オレンジ	塩 コショウ ソース	
8	煮魚	鯖 生わかめ	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー	砂糖	醤油 みりん
水	豆腐汁 果物	豆腐 油揚げ 味噌	しめじ バナナ		和風だし
9	マーボ豆腐 ゆで卵	豚ミンチ 豆腐 卵	人参 玉葱 エリンギ 青葱	片栗粉 胡麻油	中華だし 醤油
木	春雨の酢の物	ハム 生わかめ	胡瓜 土生姜	砂糖 胡麻 春雨	酢 塩 コショウ
10	大豆の五目煮	鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 土牛蒡 蓮根 いんげん	板こんにゃく	和風だし 醤油
金	ツナもやし和え	ツナ 大豆	胡瓜 もやし コーン	砂糖 胡麻油	酢 みりん
11	お好み焼き	豚ミンチ 卵 粉かつお	人参 キャベツ 青葱	長芋 小麦粉 油	ソース
土	果物	竹輪 青のり	パイン缶	板こんにゃく 砂糖	和風だし 醤油
13	焼き魚	サケ	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん	系こんにゃく	塩
月	五目金平 果物	油揚げ 竹輪	ブロッコリー オレンジ	砂糖 胡麻 油	和風だし 醤油
14	卵入りひじきの炒り煮	豚肉 生ひじき 大豆 竹輪	人参 蓮根 いんげん 大根	板こんにゃく 砂糖	和風だし みりん
火	ポパイサラダ 果物	ウインナー 油揚げ 卵	ほうれん草 コーン	マヨネーズ	醤油
15	そぼろあん煮 ふりかけ	豚ミンチ	人参 玉葱 大根 南瓜	片栗粉	和風だし 醤油
水	わかめの酢の物	ハム 生わかめ	胡瓜 ブロッコリー	砂糖	酢
16	玉子焼き	鶏ミンチ 卵 豆腐	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー	じゃが芋	和風だし みりん
木	じゃが芋の金平 果物		いんげん バナナ	胡麻 砂糖	醤油
17	ひじきメンチカツ チーズ	鶏ミンチ ひじき 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	油 小麦粉 パン粉	塩 コショウ
金	春雨サラダ	ハム	胡瓜 キャベツ	春雨 マヨネーズ	ソース
18	ミートスパゲティ ゆで卵	鶏ミンチ 卵	人参 玉葱 カットマト	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
土	サラダ 果物		ブロッコリー 胡瓜 パイン缶	じゃが芋 マヨネーズ	塩 コショウ
20	豚肉と厚揚げの味噌炒め	豚肉 絹厚揚げ 竹輪 味噌	人参 玉葱 いんげん しめじ エリンギ	砂糖 板こんにゃく	和風だし 醤油
月	もずくのシャキシャキサラダ 果物	かにカマ 生もずく	胡瓜 コーン 貝割れ菜 バナナ	胡麻油	酢 みりん
21	八宝菜 ゆで卵	豚肉 かまぼこ	人参 玉葱 青梗菜	片栗粉	中華だし コショウ
火	フライドポテト 海苔佃煮	卵	エリンギ キャベツ	油 じゃが芋	塩
22	チキンライス	ウインナー	人参 玉葱 ブロッコリー しめじ		コンソメ ケチャップ
水	野菜スープ 果物	鶏肉	キャベツ もやし コーン オレンジ		塩 コショウ
23	さつま揚げ	すり身	人参 玉葱 枝豆 ブロッコリー	油 パン粉	
木	大根とわかめのサラダ	ハム 生わかめ	大根 コーン キャベツ	胡麻油 砂糖	酢 醤油
24	ハヤシライス ゆで卵	豚肉 卵	人参 玉葱 しめじ カットマト	じゃが芋	ハヤシライスルー
金	マセドアンサラダ	ヨーグルト	コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜	マヨネーズ 砂糖	塩 コショウ
25	焼きめし	豚肉	人参 玉葱 青葱	油	中華だし 塩 コショウ
土	味噌汁 果物	豆腐 生わかめ 味噌	しめじ コーン パイン缶		醤油 和風だし
27	豚汁	豆腐 味噌 油揚げ	人参 玉葱 しめじ 削牛蒡	板こんにゃく	和風だし 醤油
月	南瓜とブロッコリーサラダ	ハム 豚肉 竹輪	青葱 ブロッコリー コーン	じゃが芋 マヨネーズ	塩 コショウ
28	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー	片栗粉 天ぷら粉	塩 コショウ 醤油
火	イタリアンスパゲティ 果物	ハム	しめじ カットマト バナナ	スパゲティ 油	コンソメ ケチャップ
29	炒り豆腐	鶏ミンチ 竹輪 豆腐	人参 玉葱 削牛蒡 青葱	板こんにゃく 砂糖	和風だし
水	ほうれん草とツナのサラダ	ツナ ひじき	ほうれん草 コーン	マヨネーズ	醤油
30	ハンバーグ	鶏ミンチ 豆腐	人参 玉葱 トマトピューレ	パン粉 砂糖	ケチャップ ソース
木	大豆と春雨のサラダ 果物	大豆 ツナ	胡瓜 ブロッコリー オレンジ	春雨	塩 コショウ 酢 醤油
31	クリームシュ	鶏肉	人参 玉葱 しめじ コーン	じゃが芋	シチュールルー 塩
金	胡瓜の酢の物	ハム 生わかめ	胡瓜	胡麻 砂糖	コショウ 酢 醤油
	手作りおやつ	ケーキ	クッキー	ぼたぼた団子	-

※3・4・5歳児は、1日(水)に白米(150g)持参してください。
7日(火)、22日(水)に使用しますので白いご飯はいりません。

※0・1・2歳児の10時のおやつには牛乳、全園児の15時のおやつにはスキムミルクを提供します。
尚、手作りおやつの日はお茶になります。