



令和6年4月1日

小野こども園

爽やかな春風が吹き色とりどりの花たちが、こども園にやって来る子どもたちを優しく迎えてくれています。いよいよ新年度の園生活がスタートします。家庭とは異なった生活、慣れない環境に小さな胸は不安と期待とでいっぱいなことでしょう。保護者の皆様も子どもたち以上にご心配なことと思います。職員一同、一人一人の子どもたちの思いを大切に受け止め、楽しく過ごせる4月にしたいと思っています。そして、家庭と園が一体となり、連絡を取り合って、焦らず新しい環境に慣れることを目標にしたいと思っています。一日一日を大切に、たくさんの可能性を秘めた子どもの健やかな成長を願って、温かく見守り育てていきたいと思っています。今年一年よろしくお願ひいたします。

4月 保育のねらい

- ★温かい環境の中、一人一人の気持ちを受け止め安定した生活ができるようにする。
- ★園生活の決まりを知り守る。
- ★春の自然に触れながら戸外で元気に遊ぶ。



1日(月) 入園式

0～4才児の継続児は午睡開始

12日(金) 健康診断 【ほし・ゆき・ちゅうりっぷ・ひまわり】

19日(金) 身体計測

25日(木) 避難訓練

26日(金) 誕生会

健康診断 【うさぎ・りす・あひる・ひよこ】



★毎月の園だより、連絡文は、必ずよく読んで確認しておいてください。
4月は特に手紙が多いので、しっかり目を通しておいてください。

★保護者会会費やその他集金は、集金日の翌日に釣銭のないように納めてください。

★集団生活の場ですので、自分の持ち物が一目でわかるように必ず名前を書いてください。



朝ごはんはなぜ大事?

「朝ごはんが大切」とよく言われますが、なぜか知っていますか? 実は、脳や体によいことがいっぱいあるのです。

脳が元気になる!

朝ごはんは、睡眠中も働いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。

肥満防止になる!

朝きちんと食べると、昼ごはんの食べすぎがなくなり、太りにくくなります。

うんちが出やすくなる!

腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。

活力が出る!

体温が上がり、血液が体中によく巡って、活動的になります。



生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごす基本。ぜひ実践してみてください。

① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までは寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

② 朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③ うんちは済んだかな?

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はおうちタイムをとり、トイレに座りましょう。



4月の給食だより

ご入園、ご進級おめでとうございます！

春の暖かな風に包まれ、新しい年度がスタートしました。「安全でおいしい給食」を第一に、楽しい食育活動など、さまざまな食体験を通して、子ども達の心身の健やかな成長のお手伝い出来るように、取り組んでいきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いしします。



毎月必ず献立予定表をご確認いただき、お家で食べたことがない食材を保育所で初めて口にすることがないようにご協力ください。

こども園での食事に慣れるために

初めのうちは、子どもたちも新しい環境の中で過ごすことに不安や緊張を覚えていることと思ひます。みんなで食事することの楽しさに気付けるように、保育者・調理担当者が協力して進めていきたいと思ひます。ご家庭でも「今日の給食は〇〇だよ」「給食食べられたかな？」等、話題にしてみてください。



<< 4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月	煮魚 豆腐汁 果物	サワラ 生わかめ 豆腐 油揚げ 味噌	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー オレンジ	砂糖 胡麻	醤油 みりん 和風だし
2月	コーンカレー ゆで卵 火 福神漬け 果物	鶏肉 卵	人参 玉葱 コーン 福神漬け ブロッコリー バナナ	じゃが芋	カレールー 塩 コショウ ソース
3月	ひじきメンチカツ 春雨サラダ	鶏ミンチ ひじき 豆腐 ハム	人参 玉葱 ブロッコリー 胡瓜 キャベツ	油 小麦粉 パン粉 春雨 マヨネーズ	塩 コショウ ソース
4月	マーボ豆腐 チーズ ツナとわかめの酢の物	豚ミンチ 豆腐 チーズ ツナ 生わかめ	人参 玉葱 エリンギ 青葱 胡瓜 コーン 土生姜	片栗粉 胡麻油 胡麻 砂糖	中華だし 塩 酢 みりん
5月	たまご焼き じゃが芋の金平 果物	鶏ミンチ 卵 豆腐	人参 玉葱 青葱 いんげん バナナ	じゃが芋 胡麻 砂糖	和風だし みりん 醤油
6月	そば飯 ゆで卵 味噌汁 果物	豚ミンチ 粉かつお 竹輪 卵 油揚げ 豆腐 生わかめ 味噌	人参 キャベツ 玉葱 青葱 パイン缶	そば玉 米	ソース 塩 コショウ 和風だし 醤油
7月	ハヤシライス マセドアンサラダ 果物	豚肉 ヨーグルト	人参 玉葱 しめじ カットマト ブロッコリー コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜 オレンジ	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖	ハヤシライスルー 塩 コショウ
8月	高野豆腐の卵とじ ひじきの酢の物	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野 ハム 生ひじき	人参 玉葱 青葱 胡瓜 コーン	じゃが芋 砂糖 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
9月	具だくさん汁 鶏肉の胡麻和え 果物	豆腐 味噌 油揚げ 鶏むね肉	人参 玉葱 しめじ キャベツ バナナ	さつま芋 砂糖 片栗粉 油 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
10月	ポークビーンズ ふりかけ 春雨の酢の物	豚肉 大豆 ハム 生わかめ	人参 玉葱 グリル野菜 カットマト 胡瓜	じゃが芋 春雨 砂糖 胡麻	ケチャップ コンソメ 塩 コショウ 醤油 酢
11月	魚のフライ ポテトサラダ 果物	メルルーサ ハム	人参 キャベツ 胡瓜 コーン ブロッコリー オレンジ	小麦粉 パン粉 天ぷら粉 マヨネーズ 油	ソース 塩 コショウ
12月	おにぎり 卵焼き 味噌汁 果物	ウインナー 卵 味噌 豆腐 生わかめ	人参 玉葱 青葱 えのき ブロッコリー パイン缶	米	みりん 醤油 塩 和風だし
1月	ハンバーグ マカロニサラダ チーズ	鶏ミンチ 豆腐 ハム チーズ	人参 玉葱 トマトピューレ コーン ブロッコリー	パン粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ	ケチャップ ソース 塩 コショウ
2月	焼き魚 五目金平 果物	サケ 油揚げ 竹輪	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん バナナ	糸こんにゃく 砂糖 胡麻 油	塩 和風だし 醤油
3月	クリームシュウ 大豆と春雨のサラダ	鶏肉 ツナ 大豆	人参 玉葱 しめじ コーン 胡瓜	じゃが芋 春雨 砂糖	シチュールー 塩 コショウ 酢 醤油
4月	炒り豆腐 ほうれん草とツナのサラダ	鶏ミンチ 竹輪 豆腐 ツナ ひじき	人参 玉葱 削牛蒡 青葱 ほうれん草 コーン	板こんにゃく 砂糖 マヨネーズ	和風だし 塩 醤油 コショウ
5月	鶏肉の唐揚げ 果物	鶏肉	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー しめじ カットマト オレンジ	片栗粉 天ぷら粉 スパゲティ 油	塩 コショウ 醤油 コンソメ ケチャップ
6月	きつねうどん ゆで卵 土 鶏天 果物	油揚げ 竹輪 卵 鶏むね肉	人参 しめじ 青葱 パイン缶	うどん 砂糖 天ぷら粉 油	和風だし 醤油 みりん 塩
7月	オムレツ 黒豆	ウインナー 卵 豆腐 黒豆煮 ハム	人参 玉葱 ブロッコリー いんげん コーン バナナ	砂糖 油	ケチャップ コンソメ 醤油 塩 コショウ
8月	さつま揚げ ツナもやし和え	すり身 ツナ	人参 玉葱 枝豆 コーン 胡瓜 もやし ブロッコリー	油 パン粉 砂糖 胡麻油	酢 コショウ 醤油
9月	わかめご飯 ウインナー すまし汁 果物	わかめ ウインナー 豆腐 油揚げ 生わかめ	人参 玉葱 えのき 青葱 オレンジ		和風だし 塩 醤油
10月	八宝菜 ゆで卵 フライドポテト	豚肉 かまぼこ 卵	人参 玉葱 青梗菜 エリンギ キャベツ	片栗粉 油 じゃが芋	中華だし コショウ 塩
11月	卵入りひじきの炒り煮 ポパイサラダ	豚肉 生ひじき 大豆 竹輪 ウインナー 油揚げ 卵	人参 蓮根 いんげん 大根 ほうれん草 コーン	板こんにゃく 砂糖 マヨネーズ	和風だし みりん 醤油
12月	ナポリタンスパゲティ ゆで卵 土 サラダ 果物	ウインナー 卵	人参 玉葱 しめじ カットマト ブロッコリー パイン缶	スパゲティ 油 じゃが芋 マヨネーズ	コンソメ ケチャップ 塩 コショウ
1月	かき揚げ 海苔佃煮 卵の花 果物	竹輪 鶏ミンチ 卵の花	玉葱 南瓜 人参 大根 青葱 バナナ	さつま芋 天ぷら粉 里芋 砂糖 油	みりん 塩 和風だし 醤油
	手作りおやつ		桜もち ドーナツ クッキー		

※3・4・5歳児は、2日(火)に白米(150g)持参してください。
2日(火)、24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。