



令和8年5月25日
小野こども園

園庭の緑も日に日に濃くなってきましたが、もうすぐ梅雨の時期をむかえます。室内で過ごす機会も増えてきますが、晴れた日には、戸外に出てこの時季の自然に触れて遊びたいと思います。入園、進級してから2ヶ月が経ち、できることは自分でしようと頑張っている姿や、友だちや先生と笑顔で過ごす姿も見られるようになりました。

日々の生活を新鮮に、意欲を持って過ごせるように環境を工夫し、友だちや保育者と一緒に遊びを楽しむ時間をもてるよう、職員一同取り組んでいきたいと思っておりますので、ご理解とご協力をお願いします。

6月 保育のねらい

- ★一人一人の子どもの健康状態を把握し清潔で安全な環境を整え、梅雨期を快適に過ごせるようにする。
- ★身近な動植物に親しみ、愛情や関心を持つ。
- ★天気の良い日には、戸外で元気に遊ぶ。



- | | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| • 2日(火) 参観日 0,1,2才児 | • 24日(水) 誕生会 |
| • 3日(水) 参観日 3才児 | • 25日(木) 避難訓練 |
| • 4日(木) 参観日 4才児 | • 29日(月) 5才児 園児交流会
(バンドー神戸青少年科学) |
| • 5日(金) 参観日 5才児 | |
| • 8日(月) 5才児 シルエット観劇 | |
| • 11日(木) 歯科検診 3,4,5才児 | |
| • 18日(木) 5才児 すてっぴ教室 | |
| • 19日(金) 身体計測 | |



★夏の遊びに使用しますので、ビーチサンダルを巾着袋に入れて持って来てください。(用意出来次第 3,4,5才児)

★暑くなりお茶を飲む回数、量が増えてきました。残して帰ることもあるかもしれませんが、多めに入れて持って来てください。大きい水筒があれば変えていただき、ない場合は予備でペットボトルに入れて持って来てもらっても構いません。

★全園児、7月から「Tシャツ」とオレンジの半ズボンで登園させてください。

★実習生が一人来ます。



マックスバリュ黒川店で、5才児が描いた家族の絵を展示します。

期間…6/11～6/28



- 3日(金) 5才児キャンプファイヤー
- 7日(火) セタまつり
- 8日(水) 水遊び開始
- 9日(木) 5才児 すてっぴ教室



元気な1日は

朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

① 炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

② たんぱく質で体温を上げる
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。

③ 野菜を食べてビタミン補給
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!

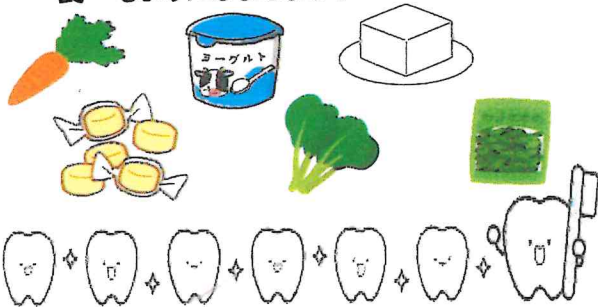


6月の給食だより

今年も梅雨の季節がやってきました。
6月は「食育月間」、「歯と口の健康週間」など食を見直す食育が推奨されています。
また、この時期は気温や湿度が高くなり、食中毒がより多くなります。
食品の扱いには十分に気をつけ、元気に過ごしましょう！

歯を強くする食べ物

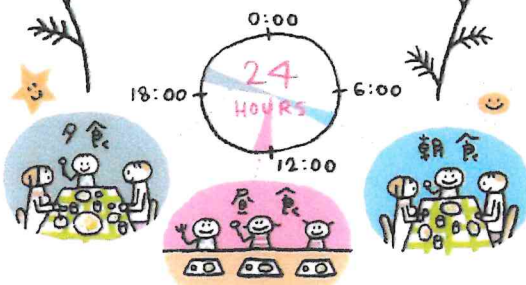
歯の主な構成成分はカルシウムです。
チーズや緑黄色野菜、海藻、小魚などにはカルシウムが多く含まれています。カルシウムは日本人には不足しがちなので意識して食べるようにしましょう！



6月10日は時の記念日

食事の時間を大切に

起きる時間、寝る時間、朝、昼、夜の食事の時間など、毎日繰り返す行動の時間をなるべく同じにすることで、子どもの生活リズムは整っていきます。食事の時間が来たらおなかがすく、健全な体づくりにつながるのです。食事は「時間」も大切なのです。



6月は食育月間

農林水産省は、食育を集中的に行い、推進を強化する月として、6月を「食育月間」と決めました。これをきっかけに、ご家庭でも、一緒に買い物をしたり、お料理をしたり、身近なことから食材にふれる機会をつくってみてはいかがでしょうか。



食中毒に注意!!

ばい菌を

- つけない! (清潔保持)
- 増やさない! (迅速な冷却)
- やっつける! (加熱処理)

に気をつけましょう!

<< 6月 >> * 給食献立予定表 *

日曜	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	マーボ豆腐 ゆで卵 ツナ	豚ミンチ 豆腐 卵 ツナ	人参 玉葱 エリンギ 青葱 胡瓜 もやし コーン バナナ	片栗粉 胡麻油 砂糖	中華だし コショウ 酢 塩
2月	ミネストローネ ふりかけ 胡麻マヨサラダ	鶏肉 ふりかけ かにかま	人参 玉葱 カットマト ズッキーニ 胡瓜 大根 キャベツ 茄子 ブロッコリー	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 胡麻	コンソメ ケチャップ 醤油 酢 塩
3月	高野豆腐の卵とじ ひじきの酢の物 果物	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野 肉 生ひじき	人参 玉葱 青葱 胡瓜 コーン オレンジ	じゃが芋 砂糖 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
4月	肉団子の酢豚風 ナムル	肉団子	人参 玉葱 しめじ パプリカ もやし 小松菜 胡瓜	じゃが芋 片栗粉 砂糖 胡麻油 胡麻	みりん ケチャップ 酢 鶏ガラ 醤油 塩
5月	タレフライ ポテトサラダ 果物	タラ ハム	人参 キャベツ 胡瓜 コーン ブロッコリー バナナ	小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖	ソース みりん コショウ 塩 醤油
6月	かき揚げ丼 味噌汁 果物	竹輪 味噌 豆腐 生わかめ	人参 玉葱 三つ葉 えのき茸 青葱 パイン缶	天ぷら粉 油	みりん 醤油 塩 和風だし
7月	鶏肉の唐揚げ イタリアンスパゲティ 果物	鶏肉 ハム	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
8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 ウイナー 油揚げ 卵	人参 蓮根 いんげん ほうれん草 コーン	板こんにやく 砂糖 マヨネーズ	和風だし みりん 醤油
9月	キーマカレー ゆで卵 福神漬け 果物	豚ミンチ 卵	人参 玉葱 ブロッコリー カットマト 福神漬け バナナ	油	カレールウ コショウ ソース
10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 ブロッコリー しめじ 青葱 オレンジ	砂糖	醤油 みりん 和風だし 塩
11月	オムレツ 黒豆 チーズ 金	ウイナー 卵 豆腐 黒豆 チーズ	人参 玉葱 ブロッコリー いんげん	砂糖 油	ケチャップ コンソメ コショウ 醤油 和風だし 塩
12月	ナポリタンスパゲティ 土	ウイナー 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 砂糖	コンソメ ケチャップ 塩 コショウ
1月	クリーム煮 胡麻昆布 もずくのシャキシャキサラダ 果物	豚肉 胡麻昆布 カニカマ もずく	人参 玉葱 キャベツ コーン 胡瓜 ブロッコリー オレンジ	胡麻油 砂糖	シチューウ コショウ コンソメ 酢 塩 醤油
2月	サバのつけ焼き 五目金平 果物	サバ 油揚げ 竹輪	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん ブロッコリー バナナ	糸こんにやく 砂糖 胡麻油	みりん 和風だし 醤油 塩 酢 みりん
3月	豚肉と厚揚げの味噌炒め 春雨の酢の物	豚肉 絹厚揚げ 竹輪 ハム 生わかめ 味噌	人参 玉葱 いんげん 茄子 胡瓜 しめじ	砂糖 板こんにやく 春雨 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢 みりん
4月	ひじきのメンチカツ じゃが芋とブロッコリーのサラダ	鶏ミンチ ひじき 豆腐 ハム	人参 玉葱 コーン ブロッコリー	油 小麦粉 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ	ソース 塩 コショウ 醤油
5月	チキンライス スープ 果物	鶏ミンチ ハム	人参 玉葱 コーン ブロッコリー キャベツ もやし しめじ 青葱 オレンジ	油	コンソメ ケチャップ 人参ジュース 塩 和風だし 醤油 コショウ
6月	冷かけうどん ゆで卵 竹輪の天ぷら	鶏肉 生わかめ 卵 竹輪	人参 胡瓜 パイン缶	うどん 砂糖 天ぷら粉 油	塩 和風だし 醤油 みりん
7月	炒り豆腐 ほうれん草とツナのサラダ 果物	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 すいか	板こんにやく 砂糖 マヨネーズ	和風だし 塩 醤油 コショウ
8月	八宝菜 ゆで卵 フライドポテト 海苔佃煮	豚肉 かまぼこ 卵 海苔佃煮	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
9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 ブロッコリー コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜 バナナ	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖	ハヤシライスルウ 塩 コショウ
10月	ハンバーグ チーズ マカロニサラダ	鶏ミンチ 豆腐 チーズ ハム	人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 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 コショウ 塩
11月	具だくさん汁 アジのフリッター 果物	豆腐 味噌 油揚げ アジ	人参 玉葱 しめじ キャベツ 青葱 オレンジ	さつま芋 砂糖 天ぷら粉 油	和風だし 醤油 塩 コショウ ソース
12月	かやくごはん ソーメン汁 果物	鶏ミンチ 油揚げ 竹輪	人参 しめじ 青葱 パイン缶	砂糖 ソーメン	みりん 醤油 和風だし 塩
1月	ポークビーンズ ゆで卵 大根とわかめのサラダ	豚肉 大豆 卵 ハム 生わかめ	人参 玉葱 茄子 カットマト 大根 キャベツ	じゃが芋 砂糖 胡麻油	ケチャップ コンソメ 醤油 酢 塩
2月	さつま揚げ 大豆と春雨のサラダ 果物	すり身 ツナ 大豆	人参 玉葱 枝豆 コーン 胡瓜 ブロッコリー バナナ	油 パン粉 春雨 砂糖	塩 酢 醤油
	手作りおやつ	わらび餅	クッキー	ヨーグルトケーキ	

※3・4・5歳児は、1日(月)に白米(150g)持参してください。
10日(水)キーマカレー、19日(金)チキンライスの日は白いご飯はいりません。
10日(水)、19日(金)に持参した白米を使用します。
※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。
※果物は都合により、変更する場合があります。