



日中と朝晩の寒暖差が厳しくなってきました。上着を羽織る子、半袖で登園する子、様々です。風が吹くと益々寒く感じます。園でも衣服の調整をしますが、お着替えボックスや午睡の布団などの配慮をお願いします。

子どもたちは、運動会を終えてもまだまだ運動に夢中です。れんげ・すみれ組でリレーに挑戦する子もいます。役員様やすみれ組の皆様のお力添えと保護者・祖父母・地域の方々の草取りで、走りやすい園庭にして頂き、無事に運動会を開催できましたこと心より感謝申し上げます。乳児も運動会ごっこを11月2日保育中に行う予定です。

< 会場が一つになった 幼児運動会 >

21日 園児だけでなく、保護者の方々も頑張った運動会でした。クラス対抗保護者の綱引きでは、大人が本気で挑む姿に子どもたちも心から声援を送りました。川小1年生との玉入れ合戦は、2対1で負け。でも久しぶりに会う懐かしい顔ぶれに笑顔でハイタッチ、競技終了まで応援してくれました。



< 楽しく遊んだね ♡ あっちこっちハイキング >

19日 川根小学校の6班と7班の児童たちが、かわね保育園に来てくれました。一緒に体操や竹馬、玉入れ競争をして短時間でも密度の濃い交流ができました。1年から6年までほとんどが卒園生、園舎内を覗いたり職員と会話を楽しんだりする子もいました。

コロナ禍で途絶えがちだった交流が再開され、これからもっと地域の方々との交流を進めていきます。










11月には「おでかけさくら様」との交流や買い物にも出かける予定でいます。



< 水害の避難訓練 >

27日 水害を想定した避難訓練。今回は、国のガイドラインに則って作成したマニュアル(運営係・伝達係・誘導係・備品等準備係の設置等を含む)が適切か確認しながら行いました。招集会議後、各自現況を報告したら園全体にその旨を放送で伝えると各部署の様子が把握でき安心すること、PCや冷蔵庫の電源はOFFにした方がいいのか、貴重品の持ち出しはいつするのか等改善点や問題点が見えてきました。これらを踏まえて子ども達や職員が安全で安心できるマニュアルを再構成したいと思います。



11月			12月		
1	水	総合防災訓練（消火栓）と点検	1	金	
2	木	文化展の準備	2	土	土曜保育
3	金	文化の日 文化展（たんぽぽ組）	3	日	
4	土	土曜保育	4	月	
5	日		5	火	
6	月		6	水	生活発表会（祖父母招待日）
7	火		7	木	
8	水	視力検査（れんげ組・すみれ組）AM ホール	8	金	
9	木		9	土	生活発表会
10	金	秋の遠足 	10	日	
11	土	土曜保育	11	月	
12	日		12	火	
13	月		13	水	おにぎりの日
14	火	七五三祝い（たんぽぽ組五和保へ）	14	木	
15	水	食育指導（杉本管理栄養士）	15	金	避難訓練
16	木	いちご組もおむすび持参	16	土	土曜保育
17	金	祖父母ふれあい（2歳以上児）おむすび持参+焼いも	17	日	
18	土	ほいくまつり（帯通り） 土曜保育	18	月	
19	日		19	火	
20	月		20	水	
21	火	この週で島田警察署による不審者訓練	21	木	誕生会
22	水		誕生会	22	金
23	木	勤労感謝の日	23	土	土曜保育
24	金		24	日	
25	土	土曜保育	25	月	クリスマス会 
26	日		26	火	
27	月		27	水	
28	火		28	木	出席確認日 
29	水	子ども防災体験（たんぽぽ組）川根南消防署	29	金	年末保育 
30	木		12月30日（土）～1月3日（水）休園		
		坂井先生のリトミックがあります	1月4日 出席確認日 5日～ 平常保育		



# しょくじだより



R5.  
10.31発行

こんにちは、きゅうしょくです



だんだんと日が短くなり、寒さを感じる日が増えてきました。そのためこの季節は、体調が追いつかず風邪などをひきやすくなります。風邪の予防には、緑黄色野菜などのビタミンA・柑橘類などのビタミンCをたっぷりとるのがおすすめです。また十分な睡眠をとり、なるべくバランスのとれた食事を心がけて免疫力を高め、元気に過ごしたいですね。



## ワッフル屋さん♪

ワッフルの上に、バナナやマーブルチョコ、いちごジャムなどをトッピングしてワッフルやさんの開店です！カラフルなものが好きな子どもたちは「まよっちゃん〜。」と言いながらもここに顔でした。おかわりをした子どもたくさんいましたよ！



「これがおもしろそう！」

## 10月お誕生ケーキ

おたんじょうびおめでとう！



## 和食の魅力とは？

2013年に日本の伝統的な和食文化「和食」はユネスコ無形文化遺産に登録されました。そして、11月24日は「和食の日」に制定され、私たちがこれからも次世代に保護、継承していくことが期待されています。

日本人が大切に育んできた和食文化について、考える機会にしてみませんか。子どもたちと食事を通じて楽しい時間を共有しましょう。

## 和食の4つの特徴

<p><b>1</b> 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重</p> 	<p><b>2</b> 健康的な食生活を支える栄養バランス</p> 
<p><b>3</b> 自然の美しさや季節の移ろいの表現</p> 	<p><b>4</b> 正月などの年中行事との密接なかわり</p> 



# こんだてひょう



11月分

かわね保育園

日	曜	乳児午前のおやつ	献立名	午後のおやつ	クッキング	
01	水	せんべい	きつねごはん 和風ミートローフ 塩昆布ポテトサラダ しいたけと白菜のすまし汁 オレンジ	バナナ春巻き 麦茶		
02	木	十勝ヨーグルト	米飯 豚肉と玉ねぎのカレー炒め 五目煮豆 ブロッコリー かぼちゃとチンゲン菜のみそ汁 りんご	ソーセイパイ 牛乳		
04	土	菓子	土曜給食	菓子		
06	月	せんべい	もみじごはん さばと玉ねぎのみそ煮 和風サラダ かみなり汁 もも缶	チーズドッグ 牛乳		
07	火	ビスケット	米飯 味付け鶏のから揚げくん ツナとカラフル 野菜のマリネ さつまいものスープ 菊花みかん	かすてらボール 牛乳		
08	水	チーズ	米飯 肉豆腐 ほうれん草のごま和え きゃべつのみそ汁 バナナ	ドロップクッキー 麦茶	もも 炊き込みご飯	
09	木	せんべい	米飯 さば缶入りハンバーグ ブロッコリーと人参 のおかか和え 白菜とベーコンのスープ オレンジ	<b>ポップコーン屋さん</b>		
10	金	秋のえんそく				
11	土	菓子	土曜給食	菓子		
13	月	チーズ	米飯 まぐろの竜田揚げ もやしのごま酢和え けの汁 (ご当地料理: 青森) バナナ	麩のラスク 牛乳		
14	火	ヤクルト	そぼろチーズ混ぜごはん マッシュポテト もやしサラダ ピーファンのスープ 菊花みかん	マシュマロサンド 幼児牛乳		
15	水	十勝ヨーグルト	<b>七五三お祝いランチ</b>	七五三ケーキ 野菜ジュース		
16	木	ビスケット	米飯 ポテト春巻き ひじきとほうれん草のサラダ かぶのみそ汁 オレンジ	きなこシリアルボール 麦茶		
17	金	バナナ	<b>おにぎりの日 (焼いも)</b>	クラッカーサンド カルピス		
18	土	菓子	土曜給食	菓子		
20	月	やさいゼリー	米飯 鉄ふりかけ かぼちゃの天ぷら 切り干し 大根のツナマヨ和え 白菜なべ 菊花みかん	ごまビスケット 牛乳		
21	火	チーズ	米飯 肉団子の酢豚風 ナムル ワンタンスープ りんご	フルーチェオレンジ	りんげ・すみれ スイートポテトチップス	
22	水	せんべい	米飯 豆腐ボール 切干し大根と里芋の旨煮 五目かき玉汁 バナナ	11月生まれお誕生ケーキ せんべい, コアコア		
24	金	ヤクルト	☆カレーライス 大根とカニカマのサラダ スマイルポテト 甘夏みかん缶	<b>くじ屋さん</b>		
25	土	菓子	土曜給食	菓子		
27	月	バナナ	米飯 かじきのチーズフライ するが和え たまねぎのみそ汁 りんご	甘納豆蒸しパン 牛乳	たんぼぼ スイートポテト	
28	火	鉄ゼリー	<b>おたのしみべんとう</b>	スノーボール ヤクルト	いちご さつまいもの茶巾しぼり	
29	水	ビスケット	手作りごまパン マセドアンサラダ 野菜と鶏肉の チャウダー バナナ	おからケーキ抹茶入り ホットカルピス		
30	木	せんべい	米飯 若鶏の緑茶オープン焼き 切干大根のサラダ わかめスープ もも缶	じゃがいもスティック 牛乳		

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	541	19	19	179	2.2	200	0.33	0.31	28	5.6	1.9
目標量	572	23	16	257	2.3	199	0.31	0.36	18	4.6	1.9
充足率(%)	95	82	120	70	96	101	106	86	156	122	100
3才未満児	470	16	16	175	1.9	163	0.26	0.28	23	4.5	1.6
目標量	457	18	13	207	2.3	182	0.25	0.26	18	3.7	1.7
充足率(%)	103	88	123	85	83	90	104	108	128	122	94

☆誕生児リクエスト (幼児)  
カレーライス ねいろさん

