



すえさみこども園

小松市日末町二 111-3
Tel (0761) 44-2074
令和4年 10月 1日



行事予定



10月の園だより

暑かった夏もようやく終わり、過ごしやすい秋がやってきます。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋・・・楽しみの多い季節がやってきました。散歩や園庭遊びなど、秋の自然に十分関わりながら、不思議を見つけたり、観察したり、試したりしてたくさんの発見を子ども達と楽しんでいきたいと思ひます。

夏の疲れが出やすい時期です。体調管理をよろしくお願ひいたします



お知らせ・お願ひ

- ・10月17日(月)から、一般児組(たんぽぽ、すみれ、さくら組)は制服を着用して登園して下さい。1日から14日までは移行期間です。気温に合わせて調節して下さい。

病気について

南加賀保健所よりRSウイルスや手足口病が流行していると連絡がありました。

手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうががで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。

こども園で預かる投薬について

基本的にこども園等での投薬は行っていません。もし、朝昼晩の投薬の場合は、受診の際に保育所に通っていることを伝えたくて、投薬の回数を1日3回(朝・夕・晩)に変更できないかなど、担当医師に相談してみてください。



お知らせ

- *10月より0歳児の園児が増えましたので、2歳児クラスの竹中保育教諭がひよこ組の担任となります。よろしくお願ひ致します。
- *エコキャップの回収は、業者の都合により10月からは集めません。今までご協力頂きありがとうございました。



★11月の主な予定

今年度は、感染症対策の為、ハッピーフェスティバルは、2日間に分けて行います。

11月26日(土) ハッピーフェスティバル

さくら・すみれ・たんぽぽ組の園児
さくら・すみれ組の各家庭保護者2名

12月 3日(土) ハッピーフェスティバル

ちゅうりっぷ・すみれ・たんぽぽ組の園児
ちゅうりっぷ・たんぽぽ組の各家庭保護者2名

日	曜日	行事	備考
1日	土	運動会	日末小学校の体育館で3.4.5歳児が行います。
3日	月	衣替え移行期間(一般児) 幼児交通安全教室 10:00~	制服は17日(月)より完全着用です。 3.4.5歳児が交通ルールについて学びます。
4日	火	スポーツ塾	
5日	水	保育参観(たんぽぽ・すみれ組)	詳しくは、先日お渡ししたお便りをご覧ください。
6日	木	スポーツ塾	
7日	金	英語教室 布団持ち帰り	
11日	火	保育参観(たんぽぽ・すみれ組)	詳しくは、先日お渡ししたお便りをご覧ください。
12日	水	日末小学校就学時健診 保健の日	子どもたちと一緒に保健衛生について考えます。
13日	木	スポーツ塾	
14日	金	英語教室 いちごっこルーム(予約制)	未就学児対象です。
15日	土	奉仕作業	さくら組の各家庭保護者1名の参加をよろしくお願ひします。 詳しくは後日お知らせします。
17日	月	スポーツ塾(体力測定)	
18日	火	遠足	詳しくはクラス便りをご覧ください。 全児(0~5歳児)お弁当の準備をお願いします。
19日	水	芋掘り	3.4.5歳児が日末町の松内さんの畑でお芋ほりをします。
20日	木	角笛シルエット劇場	4.5歳児が公会堂へ行きます。詳しくは後日お知らせします。
21日	金	親子読書の日、布団持ち帰り 英語教室	
24日	月	スポーツ塾 未満児身体測定	
25日	火	お楽しみ会 一般児身体測定	お誕生月のお子さんをみんなでお祝ひします。
26日	水	スポーツ塾閉講式 10:40~	たんぽぽ組の各家庭保護者1名参加です。
27日	木	小学校との合同避難訓練	4,5歳児が参加します。
31日	月	11月号のお便り送信	11月号のお便りをブログで送信します。



10月の園児数は86人です。



10月 食事だより



令和4年10月1日 すえさみこども園

暑さの残る日々が過ぎ、秋らしい気候になってきました。秋は、海の幸も山の幸も豊富で、おいしい食べ物がたくさん出回ります。子ども達の食欲も増える時期です。旬を味わうことは、子どもの味覚形成にもとても重要なことです。食卓の旬の食べ物を話題に、おいしく楽しい時間が過ごせるといいですね。

秋の味覚

しいたけ、めしめ、まいたけ、えのきたけ... まつたけ！
今は菌床栽培により安定的に生産され通年出回っていますが、本来の旬は秋です。



きのこ



りんご

今の季節はたくさんの種類のりんごが出回っています。大きさ、皮の色、香り、味の違いを楽しめます。



かき

酢の物やサラダ、白和えなどの料理に使用すると一味違った美味しさを味わえます。

ほくほくおいしいさつまいも！
ゆっくりに加熱することで酵素が働き、でんぷんが糖に分解されて甘さが増します◎



さつまいも

秋を代表する魚のひとつです。北海道から南下し、鮭沖に降りてきた頃が一番脂のりが良く、おいしいとされています。



さんま

新米のおいしい季節です！

新米が出回り、お米がおいしい季節です。炊きたての新米は、味も香りも格別ですよ。

ごはんの栄養

ごはんには体を動かすためのエネルギー源として欠かせない炭水化物が豊富です。その他にもたんぱく質や無機質などがバランスよく含まれています。



ごはん食のメリット

- ◎粒状なので、よくかんで食べるため頭の働きをよくなり、ストレス解消や心の安定にも役立ちます。
- ◎消化吸収がゆるやかで腹持ちがいいので、肥満予防になります。
- ◎食物繊維が豊富で、便秘や大腸がんの予防に効果的です。
- ◎和・洋・中のどんなおかずにも合います。
- ◎魚・肉・卵・大豆製品などの主菜や、野菜などの副菜をバランス良くとることができます。
- ◎ごはんには塩分が含まれていないためヘルシーです。(おかずの塩分には注意が必要)

感謝の気持ちを忘れずに！

私達が普段からごはんを食べることができているのは、お米を育ててくれた農家の人、お米を炊いて、おいしいおかずを作ってくれる人、お米を実らせてくれた自然があるからです。

お茶碗のごはんを残さずに食べていますか？子ども達にも「一粒残らずきれいに食べようね」と声をかけながら、「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶もしっかりしていきたいですね。

いただきます



こんだてひょう

※10月25日はお楽しみ会です。白ご飯はいりません

※<<は未満児に対しての代替献立です

日	曜日	午前間食	主食	昼食	午後間食
1	土	運動会			
3	月	お茶 ビスケット	ごはん	手作りさつま揚げ パンキンサラダ 味噌汁	牛乳 パームクーヘン
4	火	お茶 チーズ	ごはん	豚肉と大豆の磯煮 春雨サラダ トマト	牛乳 豆乳もち 《せんべい》
5	水	お茶 ポーロ	カレーライス	モザンビーク風カレー ドレッシングサラダ 牛乳プリン	牛乳 ミシュケ
6	木	お茶 ビスケット	ごはん	岩石揚げ トマト けんちん汁 《さつまいも入り煮豆》	牛乳 クラッカー
7	金	お茶 せんべい	ロールパン	チキンポトフ 小松トマトの梅スパサラダ 梨	プリンアラモード ウエハース 《なし》
8	土	お茶 ビスケット	ロールパン	アニマルチーズ 野菜ジュース	
10	月	祝日		スポーツの日	
11	火	お茶 ウエハース	ごはん	さつまいもと青菜のクリーム煮 ブロッコリーと卵のサラダ くだものゼリー	ジョア クラッカー
12	水	ヨーグルト	ごはん	マーボー豆腐 ほうれん草のツナ和え トマト	牛乳 ベルギーワッフル
13	木	お茶 りんご	ごはん	鶏の立田揚げ 切干大根のゴマネーズあえ 味噌汁	牛乳 せんべい
14	金	お茶 ビスケット	ゆかりごはん	魚のかば焼き 糸きりわかめサラダ 豚汁	牛乳 マカロニきなこ
15	土	お茶 せんべい	クロワッサン	ホワイトミニー 野菜ジュース	
17	月	お茶 ウエハース	食パン	味噌ラーメン ちりじゃこサラダ アニマルチーズ	牛乳 せんべい
18	火	秋の遠足		手作り弁当	
19	水	お茶 パナナ	ごはん	豚肉のしょうが焼き トマト のっぺい汁	牛乳 かぼちゃ蒸しパン
20	木	ヨーグルト	ごはん	ぎょうざ入りスープ 大麦入りじゃが芋のマヨ炒め オレンジ	牛乳 ビスケット
21	金	お茶 せんべい	ごはん	煮込みハンバーグ ツナサラダ コロコロスープ	牛乳 ウエハース
22	土	お茶 ウエハース	ロールパン	アニマルチーズ りんごジュース	
24	月	お茶 チーズ	わかめごはん	鶏肉のマーマレード煮 さつまいもサラダ コーンかきたまスープ	牛乳 せんべい
25	火	お茶 せんべい	五目ごはん	魚の立田揚げ きゅうりの梅ドレッシング和え すまし汁	ヨーグルト 味付小魚 《なし》
26	水	お茶 ビスケット	ごはん	チキンカツ ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 肉まん
27	木	お茶 パナナ	ごはん	すき焼き煮 パンサンスー トマト	牛乳 さつまいもと栗のタルト
28	金	お茶 ウエハース	ごはん	ひじき入り肉じゃが 春雨のごま酢和え トマト	ジョア せんべい
29	土	お茶 ポーロ	クロワッサン	ホワイトミニー りんごジュース	
31	月	お茶 ビスケット	ゆかりごはん	魚のホイル焼き トマト 野菜スープ	牛乳 大学いも