

# すえさみこども園

## 3月の園だより

小松市日末町二 111-3  
Tel (0761) 44-2074  
令和 8 年 3 月 1 日



行事予定



今年度もあと 1 か月余りとなりました。年長さんもあと少しで卒園になります。お母さんに抱っこされながら登園していた子ども、今ではすっかりお兄さんお姉さんになりました。小さいお友だちの手を繋いで連れて行ってくれたり、優しく声掛けしてくれたりする姿を見るにつけ、感慨もひとしおです。そんな 11 名の年長さんも今月末には卒園し、4 月からは小学生です。みんなで年長さんの卒園をお祝いしたいと思います。

今年度もすえさみこども園には保護者の皆様、地域の皆様のご理解とご協力を賜り、心より感謝いたします。子どもたちは温かい皆様に見守られながら日々成長しています。これからも子どもたちの心と体の成長を願いながら、保護者の方や地域の方と一緒に歩んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

### 花粉症の季節ですね！

#### 花粉を家に持ち込まないために

##### 外干ししない

花粉が多く飛びシーズンには、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

##### 玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

##### 服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルした素材の上着を選ぶ等がおすすめです。

#### 花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の回りの花粉との接触を減らしましょう。



#### ～3月のいちごっこ～

\* 11 日 (水) 9:30～11:30

- ・身体計測
- ・好きな玩具を使って遊びましょう

※今年度のいちごっこ最終日です。来年度もご利用くださいね。

3月の園児数は  
75 人です。

日	曜日	行事	備考
3日	火	ひな祭り会とお楽しみ会	ひな祭りとお誕生月のお子さんをみんなで祝いします。
4日	水	避難訓練 英語教室4, 5歳児	
5日	木	英語教室2, 3歳児 卒園式リハーサル	午後から行います。
6日	金	学校安全の日	子どもたちと一緒に安全や保健衛生について考えます。
10日	火	年長児身体測定	
11日	水	いちごっこ	予約はいりません。
13日	金	布団持ち帰り 年長児所持品着替え持ち帰り	今年度最後の英語教室です。 年長児のみ所持品着替えを持ち帰ります。
14日	土	<b>卒園式</b>	詳しくは後日お渡しするお便りをご覧ください。
23日	月	年中年少児身体測定	
24日	火	終園式 未満児身体測定	
26日	木	新年度準備	延長保育はありません。
27日	金	新年度準備 布団・帽子・ズック持ち帰り	延長保育はありません。 全児、布団・帽子・ズックを持ち帰ります。
30日	月	新年度準備	延長保育はありません。
31日	火	新年度準備	延長保育はありません。

※赤色の文字は保護者の方が参加して頂く行事です。

#### ★新年度準備についてお願い★

年間行事でお知らせしましたように 3 月 26 日 (木) ～ 31 (火) は新年度準備のため、延長保育はありません。5 時までにお迎えをお願い致します。ご協力をお願い致します。

#### ★4月の主な予定

3日(金) 入園の会と総会、クラス別話し合い  
新入園児 4 名が入園の会に参加します。  
進級児は通常通りの保育です。

#### お知らせ

令和 7 年度の苦情については第三者委員会へ報告する苦情はありませんでした。

# 3月 食事だより



## 楽しく食べる子どもに・・・

食事の時間が、マナーを教えるだけの時間になっていませんか？  
 キレイに食べること、早く食べることがいいのでしょうか？  
 目指すのは“食べることを好きになること”。そのために、楽しい食事の時間を作りましょう。

### 「楽しい食事」って何だろう？

①すてきな盛り付け  
 だったとき！

②自分で、料理した物を  
 食べたとき！

③大好きな人と一緒  
 に食べたとき！

④おいしいものを食べて、  
 おなかがいっぱいになっ  
 たとき！

### 「楽しい食事」から育つもの

五感をしっかり使って食べていますか？  
 「楽しい食事」体験は、子どもの五感を育て、食べる  
 意欲を育てます。それには、生活全体の中での  
 「食育」が重要です。



## ひなまつり



女の子の節句として祝われている「ひな祭り」は、「ひな節句」「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あられなどを供える風習があります。その起源は中国にあり、中国では3月最初の日（み）の日に身を清め、厄よけをする習慣がありました。「形代（かたしろ）」として身代わりの小さな人形をつくり、それが災難を引き受けてくれると考えられていました。その人形に、感謝と供養の気持ちを込めてご馳走をするようになったのが、まつりの始まりとされています。

### ひな祭りにまつわる食べ物

#### ひしもち

雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲いて春が訪れた様子を表したものとされています。  
 ・桃（クちなし）：魔除け、先祖を尊ぶ  
 ・白（ヒシの実）：子孫繁栄、健康、厄除け  
 ・緑（ヨモギ）：魔除け、健康



#### ひなあられ

お米を蒸して乾燥させたものを煎ってふくらませ、食用の色粉などで色をつけたものです。主に桃色・緑色・黄色・白の4色でそれぞれの四季をあらわしているといわれ、1年の四季を通じて健康でいられますようにという願いが込められています。



## さくらもち



子どもたちの健やかな成長を願って、3月9日の午後のおやつに手作りのさくらもちを作ります。食べる際に危険がないようにと、関東風の生地を一枚ずつ焼いて作ります。手作りのこしあん入りです。



### 【園から提供する1日当たりの栄養量】

◆以上児栄養目標量	エネルギー434kcal	たんぱく質12.1~27.3g	脂質13.0~19.7g	食塩相当量1.6g未満
今月の以上児平均栄養量	エネルギー392kcal	たんぱく質18.0g	脂質17.2g	食塩相当量1.4g未満
◇未満児栄養目標量	エネルギー505kcal	たんぱく質12.6~25.3g	脂質11.2~16.8g	食塩相当量1.6g未満
今月の未満児平均栄養量	エネルギー483kcal	たんぱく質18.9g	脂質16.6g	食塩相当量1.4g未満
◆以上児 (3, 4, 5歳児)		◇未満児 (0, 1, 2歳児)		



## こんだてひょう

★都合により献立が変更になる場合があります

※3月3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
2	月	お茶 ビスケット	カレーライス	カレーシチュー (ポーク) ドレッシングサラダ	牛乳 メープルマフィン
3	火	牛乳 せんべい	ちらし寿司	甘辛肉団子 和風サラダ すまし汁	三色花ゼリー
4	水	お茶 クラッカー	ゆかりごはん	豚肉と大豆の磯煮 ほうれん草のお浸し パナナ	牛乳 牛乳もち 《せんべい》
5	木	牛乳 ポーロ	ごはん	鶏肉のマーマレード煮 ブロッコリーと卵のサラダ コロコロスープ	ジョア ウエハース
6	金	お茶 チーズ	ごはん	ひじき入り肉じゃが 切干大根のゴマネーズあえ	牛乳 ビスケット
7	土	牛乳 ビスケット	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア バームクーヘン
9	月	牛乳 ウエハース	ごはん	豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ かきたま汁	牛乳 桜もち
10	火	お茶 ヨーグルト	食パン	カレーうどん 菜の花あえ アニマルチーズ	牛乳 クラッカー
11	水	お茶 オレンジ	ごはん	白身魚フライ ひじきナムル 大根スープ	牛乳 芋けんぴ 《ビスケット》
12	木	牛乳 ポーロ	ゆかりごはん	味噌おでん チキンサラダ	牛乳 バームクーヘン
13	金	お茶 せんべい	ごはん	江戸っ子煮 ごま酢あえ	牛乳 お祝いクレープ
14	土		卒園式		
16	月	牛乳 ポーロ	ごはん	マーボー豆腐 むしシューマイ もやしときゅうりのナムル	ヨーグルト 味付小魚 《なし》
17	火	お茶 せんべい	ごはん	魚のかば焼き ちんげんさいのごま味噌和え 味噌汁	牛乳 ドーナツ
18	水	お茶 パナナ	食パン	ポークビーンズ パンサンデー	牛乳 マカロニきなこと
19	木	お茶 ビスケット	ごはん	鶏の唐揚げ マセドアンサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 ジャムサンド
20	金		春分の日		
21	土	牛乳 せんべい	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア メープルマフィン
23	月	お茶 ウエハース	食パン	白味噌ポトフ とまとの梅スパサラダ	牛乳 黒糖蒸しパン
24	火	お茶 オレンジ	ごはん	魚の味噌煮 小松菜の納豆あえ さつま汁	牛乳 ビスケット
25	水	牛乳 クラッカー	ごはん	豚肉のケチャップ炒め マカロニサラダ 味噌汁	ジョア せんべい
26	木	牛乳 ヨーグルト	わかめごはん	豚肉 ブロッコリーサラダ	牛乳 カステラ
27	金	お茶 チーズ	ごはん	豆腐ハンバーグ 大根サラダ コーンかきたまスープ	牛乳 フライドポテト
28	土	牛乳 ウエハース	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	ジョア ドーナツ
30	月	お茶 パナナ	食パン	チキンクリームシチュー ひじきサラダ	プリンアラモード
31	火		手作り弁当		