

令和6年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子

9月 今月の行事予定

☆未満児とは1・2歳児クラス、以上児とは3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
2 始業式 以上児 制服着用 1号認定午前保育 避難訓練	3 射水市 運動教室 (年長・年中) (AM)	4 スイミング 教室(年長) (AM)	5	6 避難訓練 指導 PM (以上児)	7 【葵会】 園庭整備 たんぼぼ組 さくら組 保護者	8 ふるさと 商工まつ りin射水 年長児出演
9	10	11 鼓隊指導 年長児 (PM)	12	13 体育教室 (年長・年中) (AM) 年長児 交流会(PM)	14	15
16  敬老の日	17 発育測定	18 防犯訓練	19 運動会 リハーサル (AM)	20 交通安全 指導	21	22  秋分の日
23 振替休日	24 誕生会 14歳の挑戦 射水ロータリー クラブ主催交通 安全運動(PM) 年中児参加	25 特別保育 申込締切日	26	27	28 運動会 (AM)	29 運動会 予備日
30	<p>【今後の予定】</p> <p>10/4 以上児園外保育(ファミリーパーク)</p> <p>10/7 歯科検診(全園児対象)</p> <p>10/13 芸能フェスティバルin射水(年長児出演)</p> <p>10/25 年長児園外活動(砺波青少年自然の家)</p> <p>10/28~30 参観日(クラスによって参観内容・期間は異なります)</p> 					

2日 始業式 以上児制服着用 (1号認定午前保育)

2学期が始まります。

あおいっ子みんなで元気に楽しく過ごしましょう。

※1号認定のお子さんは午前保育です

8日 ふるさと商工まつり in 射水

～射水わくわくランド～(年長児参加)

大島中央公園で行われる、ふるさと商工まつり in 射水の開会式に年長組さんが出演し、オープニングに花を添えます。

『ステージイベント』や『周辺イベント』ではお子様と一緒に楽しめる数多くの催し物が準備されています。

どの年齢のお子さんでも楽しめるイベント内容となっていますので、ご家族の皆さままで足を運んでみてはいかがでしょうか♪

7日 園庭整備

さくら組・たんぽぽ組
の保護者の皆様、
ご協力の程よろしく
お願いいたします。
詳しくは葬会配布の
お便りをご確認ください。

9/24～9/27日の4日間、射水市内の中学生を対象にした「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」が実施され、本園では3名の学生(小杉中学校)を受け入れます。また、9/6～20日の10日間、富山短期大学の学生さんが実習にこられます。未来を担う人材育成に、保護者の皆様におかれましても、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

9月28日に運動会を開催
します。詳しくは後日おたより
を配布いたしますので、ご確認
ください。尚、以上児さんは
9/17(火)～運動会が終わるまで
の期間、体操登降園とします。

射水ロータリークラブ主催の
交通安全運動が9月24日(火)に開催
され、年中すみれ組の子どもたちが
参加します。場所はアルビス小杉
総合体育センター駐車場
で、時間は13:00～
13:30です。

祖父母の方に感謝の気持ち
を含めて『敬老の日の
ハガキ』を送りたいと思います。園で
制作したハガキを12日(木)に持ち帰
りますので、ご家庭で宛名と住所を記
入してぜひお子さんと一緒にポストに
投函してください。(ハガキは園で準備
しますので、後日代金を集金させ
ていただきます)

10月28日、29日、30日
の3日間、全クラス対象の参観日
安心して生活している未満児さんの
様子や、造形に親しむ以上児さんの様
子をご覧いただきたいと思ひます。
クラス毎の対象日時、内容など
詳しくは後日ご案内いたします。



やってみよう！

たんぽぽぐみ

- たくさん身体を動かして遊び、心地よさを味わおう。
- 保育者に手伝ってもらいながら、身の回りのことを自分でやってみよう。

かなぐみ

- 保育者や友だちと一緒に思いっきり身体を動かす事を楽しもう！
- 正しい持ち方でスプーンを持ち、よく噛んで楽しく食事をしよう！

さくらぐみ

- 様々な運動あそびを通してのびのびと身体を動かし、友だちや保育者と一緒に活動する楽しさを味わおう。
- 食後の歯みがきを通して、歯の大切さや歯みがきの目的や方法を知ろう。

すみれぐみ

- 友だちや保育者と、思いっきり身体を動かして遊ぶ楽しさを味わおう！
- 身の回りのことを自分でいながら、健康や安全の習慣を身に付けよう。
～汗の始末、上手にできるかな？～

きぐぐみ

- 運動会を楽しみにし、自分の力を発揮したり、友だちと一緒に取り組む楽しさを感じたりしよう。
- 汗の始末や水分補給の大切さが分かり、進んでやってみよう。



9月生まれのおともだち おめでとう

✿たんぽぽ組✿

24日

✿かな組✿

7日

✿さくら組✿

26日

28日

✿すみれ組✿

16日

18日

21日

✿きく組✿

誰もいません

鷹 寺 学 園

I N F O R M A T I O N

暑さが続いた県内。どのように過ごすか工夫が必要な毎日でした。2学期に入っても残暑が厳しそうです。

運動会への準備・活動も、天候と子どもたちの体調を考えながら、取り組んでまいります。

始業式

久しぶりにみんなが揃う始業式。子どもたちは夏休み中のそれぞれの経験談を友達や先生に話します。

我先に話したい！でもお友達の話も聞こう！という姿です。

「話す」という行動の中にも、学びの機会があります。

話し手は話す力、聞き手は聞く力をつけていきます。

子どもたちが、年齢に応じたやり取りの中で、また一つ成長を見せてくれる2学期です。

どのような姿を見ることが出来るか、保護者の皆様には子どもたちを、温かく見守り応援してあげてください。

生活リズム

早寝早起き朝ごはん。

実践できていましたか？

2学期はいろいろな行事があります。

生活リズムを整えることで、健康的な毎日を過ごせます。

楽しい2学期を元気に過ごせるように、応援よろしく

お願いします。



行事での子どもの反応には…

活動によって、苦手意識を持ったり練習を嫌がったりする子どももいます。

でもこれは、子どもが「発達段階で経験すると以前の反応」です。

まず、保護者の皆さんが不安にならず、子どもたちを見守ってください。

必ず成長を見せてくれます。不安な点はいつでも幼稚園へご相談ください。



◎2学期の子どもたち

4・5歳児では、グループやクラスの友達と簡単なルールを理解して遊ぶことが楽しくなってきます。

「運動会」という具体的な目標に向かって頑張る事、その中で学ぶ機会も増える事、製作遊びを楽しむことその姿を、年少組や未満児の子どもたちも見ています。保護者の皆さまには、成長していく子どもたちの姿を、楽しみに、温かく見守って頂きたいと思っております。

年中、年長になると、地域や外部団体の活動に参加する機会があります。

これらを幼稚園外の活動として経験することで、新たな情報が子どもたちに取り込まれます。私たちはその場に応じた適切な声掛けを工夫し、学びの機会と捉え、参加しています。

◎給食費・保育料等納入金について

9月納入金は、基準額改定の為20日以降の引き落としになります。引き落とし手続きが間に合わない場合は、現金での納入になります。





9月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和6年9月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

月	火	水	木	金	土
2 (卵・乳・小麦なし)	3	4	5 ◎きときとの日	6	7
豆びよココア・花せんべい (ごはん) 厚揚げのそぼろ煮 サワー漬け じゃがいもみそ汁	牛乳・ハッピーターン (ごはん) 鶏肉の揚げがらめ グリーンサラダ ごぼうのみそ汁	牛乳・小寝屋のクラッカー (ごはん) さばのみそ煮 おひたし きのこのすまし汁	牛乳・たべっ子BABY (ごはん) 白身魚のカレー天ぷら 甘酢和え にらのスタミナみそ汁	牛乳・ミレービスケット (ごはん) オイスターソース ごまキャベツ かきたまスープ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
きになる野菜(キャロット・お米おスティックアーキ)	☆みかんゼリー	牛乳・ぼたぼた焼き	☆フルーツヨーグルト	牛乳・☆揚げパン	幼児りんご・お菓子
9	10 ◎きときとの日	11	12	13 (卵・乳・小麦なし)	14
牛乳・ビスコ (ごはん) 魚のタレかけ なめたけ和え 貝だくさん汁	りんごゼリー (ごはん) オムレツ ゆかり和え ねぎシチュー	牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) アップルチキン はりはり漬け コンソメスープ	ヨーグルト (ごはん) 魚の竜田揚げ レンコン入りきんぴら 青菜のみそ汁	バナナ (ごはん) かぼちゃコロケ きゅうりのカリコリ漬け 筑前煮	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
☆フルーツムース	牛乳・KCさかなの学校(まんまるソフトせんべい)	牛乳・ばかうけ青のり	牛乳・ミルクビスケット	りんごジュース・ソフトせんべい	幼児ぶどう・お菓子
16	17 お月見献立🌕	18	19	20 ◎きときとの日	21
 敬老の日	牛乳・ふんわり・しお味 (ごはん) うさぎ型ハンバーグ(ケチャップ付) 春雨サラダ おいのみそ汁 お月見デザート	牛乳・さくさくかぼちゃポーロ (ごはん) コーンコロケ 梅肉和え 切干大根の豆乳スープ	牛乳・豆乳クッキー (ごはん) タンドリーチキン 茹でブロッコリー ミネストローネ	牛乳・味しらべ (ごはん) 小松菜と豚肉の甘酢炒め ナムル わかめスープ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	牛乳・ムーンライト	牛乳・しろえび紀行	☆キャラメルプリン	牛乳・ロアンヌバナナ	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
23	24 ●誕生会🎂	25	26	27	28
 振替休日	牛乳・紫いもチップ きのご飯 鮭の塩焼き ごま和え 豆腐のみそ汁 🍡 もものタルト 🍡	牛乳・カリボテミニ (ごはん) 魚の和風マヨソース もやしのコーン和え ◆冬瓜のすまし汁	牛乳・たまごせんべい (ごはん) ボイルウィンナー ぼてちっちサラダ 焼きそば 豆乳パンナコッタ	牛乳・シガーフライ (ごはん) 卵とツナの炒め物 スティックきゅうり 大根のみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	幼児牛乳・ベジタブルせんべい	牛乳・☆ジャムサンド	牛乳・カルシウム塩せんべい	牛乳・瀬戸の汐揚	野菜&フルーツ・お菓子
30	日付	【お知らせ】		料理投稿サイト「クックパット」に 射水市公式キッチンを公開中！！ 給食で人気のメニューも見れます。 https://cookpad.com/kitchen/53810344	
コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) 豚肉の中華炒め ブロッコリーの和え物 チンゲン菜のスープ	主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手作りおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日(木)は「にら」、10日(火)は「ねぎ」 20日(金)は「小松菜」です。			
牛乳・マリービスケット					

※飲み物がない日はお茶が付きます



9月 食育だより



陽ざしはまだ夏の名残もありますが、日の長さも随分と短くなってきました。朝晩の冷え込みなど気候の変化も大きい時期です。夏の疲れを回復させるためには生活リズムを整え、体内時計をリセットすることが大切です。体内時計は朝の光や朝ごはんによって調整されています。家族そろって朝食を食べて、頭すっきり、身体も元気に一日をスタートさせましょう。

< “朝ごはん” はからだを目覚めさせるスイッチ >

体温が上がり
元気に活動できる

毎日朝ごはんを食べると…

体内時計を朝型体質に
調整する

胃や腸が刺激されて
「朝うんち」の習慣がつく



脳にエネルギーが補給され
遊びや学習に集中できる

簡単に用意できる！朝ごはんの組み合わせ例

たんぱく質

あれぽgood!
やさしい料理やくだもの

朝ごはんですべて『たんぱく質』は筋肉になりやすく、脳のエネルギーになるごはんやパンなどの『炭水化物』と組み合わせるとよいです。

今月の食材：小松菜

きとぎとの日



小松菜はカロテン、ビタミンC、ビタミンK、カリウムなどのミネラルをたっぷり含む緑黄色野菜です。カルシウムはほうれん草の約3倍も含み、骨や歯の強化に役立ちます。

おいしい小松菜の見分け方は、『葉と茎にハリがありみずみずしい』『葉の緑が鮮やかできれい』『根元が太くしっかりしている』ものを選びましょう。

今月のレシピ「小松菜と豚肉の甘酢炒め」

海老江こども園の
給食先生考案！

●材料（1人分）

- ・小松菜 20g
- ・玉ねぎ 15g
- ・人参 10g
- ・厚揚げ 15g
- ・豚肉 20g
- ・塩こしょう 少々
- ・油 1g
- ・しょうゆ 2g
- ・さとう 1.5g
- ・酢 1.5g
- ・料理酒 1g
- ・片栗粉 0.3g
- ・白いりごま 1g

●作り方

- ① 小松菜は根元を切り2cm程度の長さに切る。
- ② 玉ねぎは食べやすい大きさに切る。
- ③ 人参は短冊切りにし、茹でておく。
- ④ 厚揚げは一口大に切り、油抜きをする。
- ⑤ フライパンに油をひき、食べやすい大きさに切った豚肉を炒めて塩こしょうをする。
- ⑥ ⑤に小松菜、人参、厚揚げを加えてAで味つけをする。
- ⑦ 照りがでるまで炒めて、仕上げに白いりごまをふる。

新鮮で甘みのある射水市産の小松菜と豚肉を、子どもたちが好きな甘酢でからめた一品です。つくって見た感想やアレンジ方法等、園に教えてください。



【クイズ】こまつなの べつのなまえは なんでしょう？

- ① すずめ菜 ② うぐいす菜 ③ ひよこ菜

答えは下にあります

ほけんニュース

9月9日は救急の日

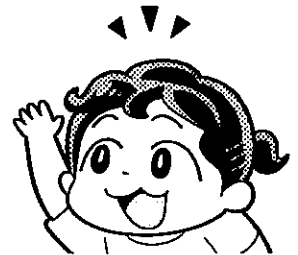
子どものけがを防ぎましょう

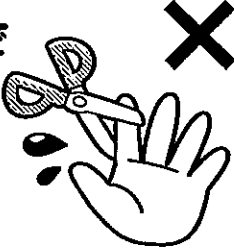

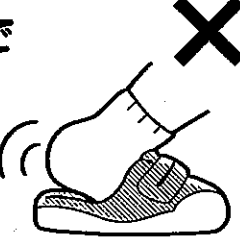
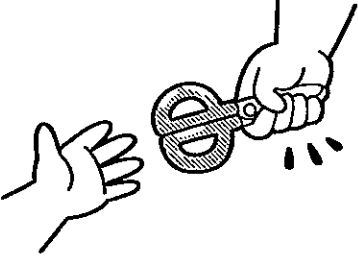

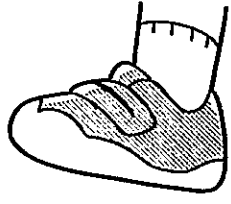
乳幼児期は、転んだり、どこかをぶついたり、いろいろなけがをしやすい時期です。子どものけがを防ぐためには、けがにつながりそうな原因を取り除き、子どもに予防対策を伝えることが大切です。また、けがをしてしまった時には、応急手当などの対処をお願いします。



けがをしないために約束事を決めておきます

安全のために、危険なことやしてはいけないことを伝えて、子どもとの間でルールを決めるようにします。



<p>はさみで けがを しない ために</p> 	<p>くちの けがを しない ために</p> <p>なかの</p> 	<p>ころんで けがを しない ために</p> 
<p>・ひとに わたす ときは とじた はを もつよ</p>  <p>・おとなの ひとの いるところで つかうよ</p>	<p>・はを みがく ときは はブラシを くちに いれて あるいたり はしったり しないよ</p>  <p>・フオークや はしを くちに いれて あるいたり はしったり しないよ</p>	<p>・くつの かかとは ふまないよ</p>  <p>・くつの ベルトは きちんと とめるよ</p> <p>・くつが きつく なったら おうちの ひとに いうよ</p>

子どもがしやすい けがの応急手当

切り傷・すり傷

水道水で傷口の汚れをしっかりと洗います。清潔なガーゼを当てて圧迫して止血します。その後、ばんそうこうや包帯などで固定しましょう。

こんな時は病院へ

大きい傷や深い傷がある。手や指が腫れて、痛みが強い。傷口に異物が残っている。

打撲

頭の出血は傷口をガーゼで圧迫して安静に。手足の打撲はタオルで冷やします。

こんな時は病院へ

頭：たんこぶがある。意識を失って意識が戻った。嘔吐する。強い頭痛がある。

直ちに救急車を呼ぶ

頭：意識がおかしい。目の周りや耳の後ろにあざがある。けいれんしている。
胸やおなか：強く痛み顔色が悪い。
肩で息をして苦しそう。呼吸が速い。
手足：変形してその場所より先の色が悪く、触られた感触がない。

やけど

やけどをしたら、すぐに流水で20分間は冷やしてください。服の上から熱湯などを浴びた場合は、着衣のまま流水で冷やします。

こんな時は病院へ

面積が広い時：冷水で20分間冷やし、すぐに受診。
顔や頭・指の関節：範囲が小さくても受診。

※医療機関が遠い場合は救急車を利用してください。

発熱・頭をぶつけた・嘔吐などで心配な時には

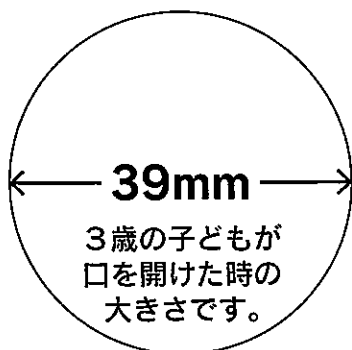
小児救急電話

#8000

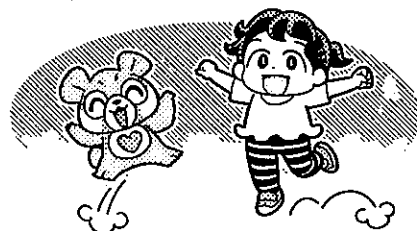
休日・夜間の急な子どもの症状にどう対処したらよいか、判断に迷う時に、短縮電話番号#8000に電話すると、小児科医師・看護師から症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

家の中での誤飲に注意!

直径39mmの円を通過するものは、子どもが誤飲してしまいます。ボタン電池の誤飲は食道や胃をただれさせ、重症事故につながります。複数の強力なネオジム磁石は、腸壁を挟んで穴を開けたり腸閉塞を引き起こしたりします。樹脂製の吸水ボールも腸閉塞の危険があります。また、たばこやお酒の誤飲もひどい中毒症状を起こすことがあります。これらの物は、子ども手の届かない、見えないところに保管しましょう。



遊びながらけがをしにくい体に



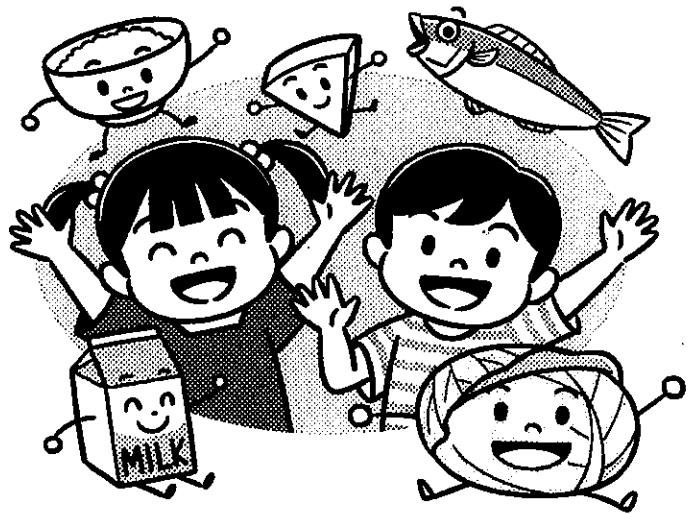
かけっこやスキップ、ボール投げなどの遊びをすると、体の軸や運動能力が鍛えられ、転びにくくなります。楽しく遊びながら、けがをしにくい体をつくりましょう。

たのしくたべようニュース

大切な栄養バランス

健やかな成長に必要な 五大栄養素

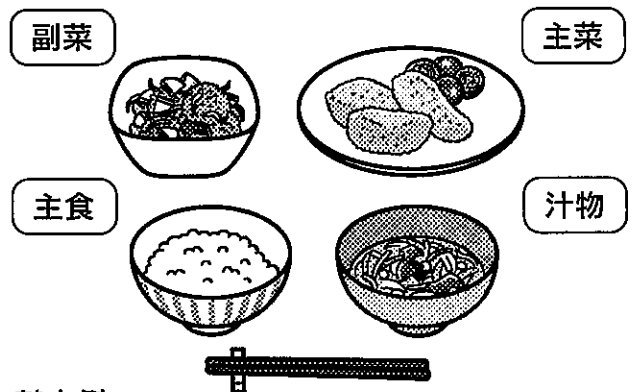
食品には、生命を保ったり、成長や活動のもとになったりする栄養素が含まれています。栄養素には、炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンがあり、これらを五大栄養素といいます。栄養素は、体の中で、かかわり合い、助け合って、さまざまな働きをしています。



献立づくりのポイント

献立を考える時は、ごはん、パン、めんなどの「主食」、魚、肉、卵などを使った「主菜」、野菜、きのこなどを使った「副菜」を組み合わせ、さらに「汁物」の実を工夫すると、栄養バランスがととのいます。

そのほか、素材やだしのうまみを感じられるように基本は薄味にして、できるだけさまざまな味つけにします。また、煮る、焼く、揚げる、蒸すなどのさまざまな調理法を組み合わせましょう。



献立例

主食：ごはん

主菜：白身魚のチーズフライ ミニトマト添え

副菜：ブロッコリーとじゃがいもとしらすのソテー

汁物：野菜の彩りスープ

栄養バランスを
毎食ととのえるのは
難しいです。



栄養バランスを1食ごとに考えるのではなく、できる限り1日単位で意識してみましょう。朝食でとり切れなかったものは間食で補うなど、1日3食と間食（補食）の中で、バランスをととのえてみませんか。



3つの食品のグループ

食品は、栄養素の働きによって3つのグループに分けられます。「あか」のグループは体をつくるもとになり、「きいろ」のグループはエネルギーのもとになり、「みどり」のグループは体の調子をととのえるもとになります。3つのグループの食品を組み合わせると、栄養のバランスがとれます。

<p>あか</p>  <p>おもに体をつくるもとになる</p>	<p>きいろ</p>  <p>おもにエネルギーのもとになる</p>	<p>みどり</p>  <p>おもに体の調子をととのえるもとになる</p>
<p>おもな栄養素 たんぱく質、無機質</p> <p>魚・肉・卵・豆、豆製品・牛乳、乳製品・小魚・海藻</p> 	<p>おもな栄養素 炭水化物、脂質</p> <p>米・パン・めん・いも・砂糖・油脂類・種実類</p> 	<p>おもな栄養素 ビタミン、無機質</p> <p>野菜・きのこ・果物</p> 

※海藻は、おもに体の調子をととのえるもとになる「みどり」のグループに分類することもあります。