



なかよし

10月の予定



生かせるのち

基本理念
一人ひとりを共に生かします
すべては 人に対する思いやり いたわりの心から生まれます
私たちは一人ひとりの命を重し 命がら学び 共に生きていきます

自分で考え 頑張る子
～あきらめない～

保育目標
いのちを大切に
～思いやり
いたわりの心をもって～

明るく元気な子
～心身共に 丈夫で強く～

認定こども園太閤山あおい園

行事予定	お知らせ
1日(火) ミニ運動会(2歳児)	<p>★衣替えについて</p> <p>10月より衣替えです。以上児は10/11(金)まで体操服登園となりますので、15日(火)から制服で登園してください。制服(ブレザー)を着用してください。</p> <p>※1週間程度を移行期間としますので、天候や気温、体調に応じて、制服・体操服ともに半袖・長袖など衣服を調節してください。</p>
2日(水)	
3日(木)	
4日(金)	
5日(土)	
6日(日)	
7日(月)	
8日(火) 内科健診(全園児)	
9日(水)	
10日(木) 運動会予行練習(以上児)	
11日(金)	
12日(土) 運動会(以上児)	
13日(日) ※雨天の場合は13日(日)に順延	
14日(月) スポーツの日	
15日(火) 避難訓練	
16日(水) 交通安全指導	
17日(木) 茶道教室(5歳児)	
18日(金) 遠足(5歳児)	
19日(土)	
20日(日)	
21日(月) 発育測定(以上児)	<p>運動会(以上児)</p> <p>● 写真販売(ヒロシフォトさん撮影)</p> <p><販売期間> 10/23(水)~30(水)まで</p> <p>インターネット上での写真販売を行います。販売期間を過ぎますと閲覧できなくなりますので、販売期間をご確認ください。</p>
22日(火) 発育測定(未満児)・遠足(3歳児)	
23日(水) ハロウィンパーティー(以上児)	
24日(木) ハロウィンパーティー(未満児)	
25日(金) スイミング(らいおん)	
26日(土)	
27日(日)	
28日(月) 防犯訓練	
29日(火) 誕生会	
30日(水) 遠足(4歳児)	
31日(木)	

【今後の予定】

- ・ 11月1日(金) スイミング(ぞう)
- ・ 6日(水) あおいっこデー(自由参観)
8:45~10:15頃の予定
- ・ 28日(木) 誕生会
- ・ 12月3日(火) キラキラ発表会予行練習(以上児)
- ・ 6日(金) キラキラ発表会ラポールリハーサル(以上児)
- ・ 7日(土) キラキラ発表会(以上児)

【ご報告】

★澤田悠先生がご結婚され、
塚悠先生になりました。

おめでとうございます❤️



鷹 寺 学 園 I N F O R M A T I O N



2学期の大きな行事の一つが運動会です。この行事をきっかけに、子ども達がグーンと成長を見せてくれます。それは、「運動会」本番までに、様々な活動を経験し、それが積み重なるからです。何をするか考える・行動する・話し合う・また考える。この繰り返しが園の毎日です。行事を一つのきっかけとして成長を見せてくれる子ども達をこれからも温かく見守って上げててください。



運動会に至るまでとその余韻

力いっぱい元気に活動する・協力して最後までやり遂げる・約束を守って参加するという経験から、仲間意識や集団行動でのルールを学んできている子ども達です。本番が終わってもその余韻を楽しみながら運動遊びが継続していきます。「自分もやってみたい」ことへの挑戦も始まります。子ども達の「やってみたい」を大切にし、さらに工夫を加えて豊かな遊びが生まれるのが楽しみです。

夜更かしの悪循環

夜更かし→自立起床できない
→寝起きの気分が悪い
→朝食がいい加減→排便不規則
→朝から疲れている
→集中力がない→イライラする
→日中の活動レベルが低い
→体温上昇しない
→寝つきが悪い→夜更かし
生活習慣は、一度リズムを壊すと取り戻すのが大変です。

子ども達の健康の為、日々の生活パターンを確認しましょう。

◎移り行く季節の中で



この頃は、春から夏そして秋へと移行する季節の変化が、分かりにくくなってきているような気がします。急に暑くなったりいつまでも涼しくならなかったり…それでも、落ち葉や紅葉、結実等 秋への歩みは進んでいるようです。園では、ちょっとした変化も見過ごすことなく、子ども達が「感じた心」に向き合っていきたいと思っています。

お家でも季節の話題に触れてみてはいかがでしょうか？
子どもからの言葉に、大人が気付かされることがあるかも知れません。思いがけない成長を感じられるかもしれません。お子さんとの会話を楽しんでください。



◎給食費・保育料等納入金について

10月納入金は、21日(月)となります。
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。



月	火	水	木	金	土	日
日付	1	2	3 ◎きとぎとの日	4	5	6
昼食献立	(ごはん) 牛乳 鉄塩せん 肉団子 白菜とりんごのサラダ コンソメスープ	(ごはん) 牛乳 いちごクッキー ◆洋風すり身揚げ ほうれん草としめじのごま和え 豆腐のみそ汁	(ごはん) 牛乳 たべっこBABY ねぎ入りカレーラーメン 香巻き 即席漬け	(ごはん) 牛乳 マソウエアー 鮭のちゃんちゃん焼き風 粉ふき芋(青のり) すまし汁	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ゼリー お茶	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・プリン お茶
午後おやつ	お茶・☆マカロニアべかわ	牛乳・じゃがりこ	☆フルーツポンチ	牛乳・ばかうけごま揚げ	ジュース・お菓子	ジュース・お菓子
7	8 (卵・乳・小麦なし)	9	10	11 ◎きとぎとの日	12	13
(ごはん) 星たべよ 秋の焼き肉 三色和え たまごスープ	(ごはん) 牛乳 ねじねじ 厚揚げのそぼろあんかけ やみつきキャベツ 白菜のみそ汁	(ごはん) 牛乳 ルヴァン 白身魚の磯辺天 ひじきの炒め煮 なめこのみそ汁	(ごはん) ハイハイ チンジャオロース もやしのナムル 中華スープ	(ごはん) 牛乳 ビスコ さつま芋の酢鶏 いんげんのごまみそ和え ワントンスープ	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ゼリー お茶	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ヨーグルト お茶
牛乳・まがりせんべい	☆大学芋	幼児牛乳・☆お魅ラスココア	牛乳・源氏パイ	牛乳・カリボテミニ	ジュース・お菓子	ジュース・お菓子
14	15	16	17	18	19	20
(ごはん) シュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ゼリー お茶	(ごはん) 牛乳 おやさいせんべい コロッケ ツナサラダ コーンスープ	(ごはん) 牛乳 たまごのサブ 八宝菜 スティックきゅうり 野菜スープ	(ごはん) 牛乳 SANDY・LIME 卵とじ おかか和え ごぼうのみそ汁	(ごはん) ゼリー 蒸し魚の玉ねぎソースかけ マヨサラダ チンゲン菜のスープ	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ゼリー お茶	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・プリン お茶
ジュース・お菓子	牛乳・ハッピーターン	牛乳・味しらべ	幼児牛乳・☆おやさい蒸しパン	牛乳・おにぎりせんべい	ジュース・お菓子	ジュース・お菓子
21 (卵・乳・小麦なし)	22	23	24	25	26	27
(ごはん) 信田煮 ◆柿なます 豚汁	(ごはん) 牛乳 白い風船 鶏のから揚げ グリーンサラダ わかめスープ	(ごはん) 牛乳 お子様せんべい エビフライ にんじんサラダ クリームシチュー ハロウィンデザート	(ごはん) 牛乳 おとっと ブロッコリーとウィンナーのバスタ 海藻サラダ 白菜のスープ	(ごはん) 牛乳 たべっこ動物 鶏肉の照り焼き コールスローサラダ かきたま汁	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ゼリー お茶	ジュース お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズ・ヨーグルト お茶
豆びよいちご・こぶ柿	野菜生活・豆乳クッキー	牛乳・カルシウムせんべい	牛乳・ミレービスケット	牛乳・白えびもち焼き	ジュース・お菓子	ジュース・お菓子
28	29 ●	30	31	【お知らせ】		
(ごはん) パナナ サバの煮つけ 春雨の酢の物 大根のみそ汁	牛乳 ねじねじ 手作りゆかりおにぎり シュウマイ 納豆和え 貝だくさん汁	(ごはん) 牛乳 KCワックとあられ 豚肉の生焼焼き 切干大根とひじきのサラダ きのこのみそ汁	(ごはん) 牛乳 ばりんこ 魚のかば焼き風 キャベツのコーン和え 小松菜のみそ汁	<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。 ● ☆印は手づくりおやつ、◆印は郷土料理です。 ● ◎印は「きとぎとの日」です。 ● 3日(木)はねぎ、11日(金)はさつまいもです。 		
☆プリン	牛乳・ブリッツ	牛乳・アンパンマンソフトせんべい	牛乳・チョコイス			

10月 食育だより




さわやかな秋空が広がり、過ごしやすい季節になりました。「実りの秋」、「味覚の秋」と秋はたくさんの食材が旬をむかえ、おいしい食べ物があふります。私たちが毎日食べている食べ物にはいろいろな種類があり、働きによって「赤・黄・緑」の3つのグループに分かれます。健康な体づくりのために、いろいろな食品を組み合わせることが大切です。「赤・黄・緑」の食品をバランスよく食べて、丈夫な体を作りましょう。

あか

あかいのなかま

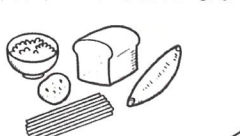
からだをつくるもとになる



き

きいろのなかま


エネルギーのもとになる



みどり

みどりのなかま

からだのちょうしをととのえる




◆きょうのごはんは、あか、き、みどりのなかまが

たべたなかまのふうせんにいるをぬってね!

そろっているかな?

きとぎとの日



【クイズ】 さつまいもは なつにさくはなと なかまだよ。どれが なかまかな?
 ① あさがお ② ひまわり ③ ハイビスカス 答えは下にあります

今月の食材： さつまいも

今月のレシピ「 さつま芋の酢鶏 」

●材料(1人分)

- さつまいも 40g
- 鶏もも肉(一口大) 30g
- 片栗粉 3g
- 油 適量
- れんこん 15g
- しょうゆ 4g
- 料理酒 2g
- みりん 2g
- さとう 2g
- 酢 2g

●作り方

- ① さつまいもは、食べやすい大きさに切り、揚げる。
- ② 鶏もも肉は、片栗粉をつけ、揚げる。
- ③ れんこんは、いちよう切りにし、揚げる(炒めてもよい)。
- ④ ①、②、③を混ぜ合わせる。
- ⑤ 鍋にA、④を入れ、火にかける。
- ⑥ ④に調味液がなじんだら、火をとめ、盛り付ける。

子ども好きな鶏肉と甘いさつまいもを甘しょっぱいたしでからめた一品です。ご飯がすすむおかずです。つくってみた感想やアレンジ方法等、園に教えてください。

