



<発行> 社会福祉法人 清水保育園
 幼保連携型認定こども園 清水こども園
 〒252-0244 神奈川県相模原市中央区田名 2166-2
 電話 042-762-1871 FAX042-762-1874
 ホームページ <https://shimizuhoikuen.com>

5月のおやくそく

★ おともだちとなかよくあそびましょう

今月のうた 「おつかいありさん」
 今月のてあそび 「ピクニック」

令和5年度もスタートして早1ヶ月、入園・進級した子どもたちも新しい環境に慣れてきて、伸び伸びと明るい笑顔を見せてくれるようになりました。しかし、大人も子どもも緊張感から解放されると、体調不良や、精神不安定になりがちです。早寝早起きを習慣付け、お子さまの体調と心の健康にも充分注意してあげましょう。子どもはどこかでサインを送っています。疲れていないかな？食欲は？目の輝きは？早目に気づいたら、家族の愛情いっぱい抱っこで癒してあげてください。今月は、戸外の遊びを中心に、春の自然をたくさん感じてほしいと思っています。登園途中などで春を見つけたら、お子さんと話し合ってみるのも楽しいですね。なお、幼児クラスは、親子ふれあいデーで保護者同士の親睦も深めていただけたらと願っています。

また、保護者会総会につきましては、書面による議決という形で対応させていただきましたが、全議案が承認されました。令和5年度も園と家庭の連携を深めていきたいと思っておりますので、ご支援ご協力をよろしくお願い致します。



5月の行事予定

- 1(月) 防災ゼン乾燥
 - 3(水) 憲法記念日 休園
 - 4(木) みどりの日 休園
 - 5(金) こどもの日 休園
 - 8(月) 防災訓練、身体測定(対象児)
 - 10(火) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
 - 11(土) 広場「のび」
 - 13(土) 親子ふれあいデー(うさぎ・くま)
 - 14(日) 母の日
 - 15(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)、布団乾燥
 - 16(火) 交通安全教室
 - 17(水) 誕生会(見学不可)
 - 18(木) 英語で遊ぼう(くま・ぞう)
 - 19(金) 保育参観日(うさぎ)、食育の日
 - 22(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
内科検診予備日
 - 23(火) 防犯訓練
 - 24(水) 保育参観日(りす)
 - 25(木) 歯科検診 15:00~(全園児)
 - 27(土) 個人面談(ひよこ0歳児)
 - 29(月)~6/3(土) 個人面談(全園児)
 - 29(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
 - 31(水) 保育参観日(ひよこ)
- ※食育の日:19日(金)そら豆のさやとり(くま)
 ※手作りおやつ:25日(木) ジャムサンド

令和5年度 保護者会会長あいさつ

今年度、保護者会会長を務めさせて頂く事になりました篠崎(ぞう組)と申します。長男がひよこ組で入園してから、12年もの長い間、お世話になっている清水こども園の園長先生をはじめとし、諸先生方のお役に立てればと思ひ、会長を引き受けさせて頂きました。至らぬ点もあろうかと思ひますが、1年間精一杯務めさせて頂きたいと思ひます。どうぞ宜しくお願い致します。

篠崎 幸子

おしらせ・おねがい

- ★お昼寝用のタオルケットの用意をお願いします。(決められた場所に大きく記名)
ロッカーの補充をしましょう。(冬物と夏物の入れ替え)
- ★全ての物に名前を記入をお願いします。(わかりやすく、はっきりと)
- ★カラー帽の洗濯について:洗濯後に乾燥機で乾燥すると、大幅に縮んでしまいますのでご注意ください。
- ★送迎時、子どもの飛び出し防止のため、出入口2か所の門の扉はしっかり閉め、上部のストッパーを掛けるよう徹底をお願いします。
- ★新型コロナウイルスについては、5月8日から感染症法上の位置づけが現在の2類相当からインフルエンザと同じ5類へ移行されます。ただし、市内では毎日感染者報告されている状況ですので、園としては引き続き、手洗い・うがいの徹底や、こまめな消毒、換気など感染防止対策を行ってまいります。マスクの着用については、3月20日以降、園児・保護者について個人の判断とし、職員については、5月7日までは着用することとしていますが、5月8日から職員も個人の判断とさせていただきますので、ご理解をお願いします。

親子ふれあいデーについて

5月13日(土) うさぎ・くま・ぞう組 9:45集合
 お子様1名につき、保護者1名の参加となります。詳細は先日プリントにて配布していますので、確認して下さい。



思いやり保育活

思いやり3原則「手伝う・励ます・ありがとう」を実践していきます。今年度は、「ありがとう」について考えていきます。そして、1年間を通して、桜の花びらを咲かせます。詳細は発行予定の「思いやり通信」を参照してください。

わんぱく農園



今年も、稲作に挑戦しています。4月13日に種もみの種まきを行いました。園庭に置いてありますので親子で観察してみてください。5月には田植えの予定です。また、今年度もクラスの畑を用意し、子ども達と決めた野菜や花を育てていきます。何ができるか、楽しみます。

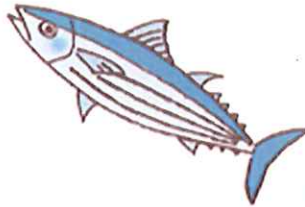


新年度も1か月が経ちました。4月に入園した子どもたち、また進級した子どもたちは少しずつ新しい環境に慣れてきているのではないのでしょうか？

色々な食材にチャレンジするとともに、今月はお友達と一緒に給食の時間を楽しく過ごすことができると良いですね。さて、今月の献立には旬を迎えるそら豆などの食材を取り入れました。また、キャベツ、玉ねぎなども春物が出回り、美味しくなる季節です。旬の食材を味わいましょう。

端午の節句に食べる魚

端午の節句には、「勝男(かつお)」の語呂合わせから、男の子が力強く元気に育つようにという願いを込めてカツオを食べる地域があります。「初ガツオ」が旬を迎える時期でもあり、初ものを食べればさらに縁起がいいといわれています。



うんちは健康のバロメーター

健康なうんちは明るい茶色で、するりと出るバナナうんちです。水分が多いうんちの場合は、感染症による下痢の可能性があるので処理には注意をしましょう。黒っぽいコロコロうんちの場合は、便秘の可能性があるので、水分や食物繊維を積極的にとりましょう。



<5月の連絡・お願い事項>

- 食育の日 19日(金)
「春野菜を味わう」
各クラスで食育についての活動を行います。
- 手作りおやつ 25日(木)
「ジャムサンド」

<わんぱく農園だより>

「種もみの選別、稲の種まき実施」

4月5日(水)に、卵と塩水を使って、稲の種もみの選別を行いました。



稲の種まき (3・4・5歳児)
 うさぎ組 (きゅうり・ピーマン)
 くま組 (ポップコーン・なす)
 ぞう組 (ささげ・きゅうり)
 の種まきを行いました。



<5月の予定>

- ・野菜苗植え
- ・田植え
- ・さつま芋苗植え付け



登園前に体調チェックを!

- 顔色はいいですか?
 - 食欲はありますか?
 - 食事の量は充分にとれましたか?
 - 水分はとれていますか?
 - うんちは出ましたか?
 - 鼻水・咳・発疹などは出ていませんか?
- 気になることがあれば保育者にお伝えください。



令和5年
5月

こんだてひょう



17日誕生会
19日食育の日「春野菜を味わう」
25日手作りおやつ「ジャムサンド」

令和5年度 清水こども園

日	曜	午前おやつ (乳児)	昼食献立名		午後 おやつ	材料と体内での働き		
			主食	副食		力や体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	月	星たべよ 麦茶	ごはん	鶏肉と玉ねぎの炒め ブロッコリーと人参のごま和え みそ汁(豆腐・わかめ)	☆バナナ蒸しパン 牛乳	米 油 マヨネーズ ごま 砂糖 ホットケーキの 素	鶏肉 豆腐 豆乳 みそ 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー 人参 わかめ バナナ
2	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉の治部煮 ビーフの中華風サラダ みそ汁(ふ・チンゲン菜)	☆マカロニきなこ 牛乳	米 砂糖 薄力粉 マカロニ 片栗粉 ビーフン 油 ふ	鶏肉 魚肉ソーセージ みそ きなこ 牛乳	きゅうり 人参 チンゲン菜
6	土	セレクト 麦茶	ごはん	みそ豚 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁(ふ・えのき)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 みそ 牛乳	ねぎ キャベツ きゅうり 人参 わかめ えのき茸
8	月	星たべよ 麦茶	ごはん	チキンカレー ひじきの炒り煮 フルーツ(オレンジ)	ヨーグルト アンパンマンソフトせん 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖	鶏肉 牛乳 油あげ ヨーグルト	玉ねぎ 人参 グリーンピース ひじき オレンジ
9	火	たべっこbaby 麦茶	バター ロール	照焼ハンバーグ マカロニサラダ スープ(コーンわかめ)	☆おにぎり(おかかごま) おかかごまごはん(乳児) 牛乳	パン 片栗粉 砂糖 マカロ ニ マヨネーズ 米 ごま	豚肉 豆乳 魚肉ソーセ ージ 糸揚げ 牛乳	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 コーン わかめ のり
10	水	みかん缶 麦茶	ごはん	豚井の具 グリーンサラダ みそ汁(えのき・じゃがいも)	☆ピザトースト 牛乳	米 油 砂糖 マヨネーズ じゃがいも パン マーガリン	豚肉 ツナ みそ ウイン ナー チーズ 牛乳	玉ねぎ ねぎ キャベツ 人参 きゅうり コーン みかん えのき茸 ピーマン
11	木	ポーロ 麦茶	ごはん	さばの塩焼き ほうれんそうのナムル みそ汁(揚げ 玉ねぎ)	☆ミルクティのケーキ 牛乳	米 砂糖 油 ごま 薄力粉 バター	さば 魚肉ソーセージ みそ 油あげ 牛乳	ほうれんそう もやし ねぎ 玉ねぎ
12	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	肉じゃが キャベツとツナのサラダ みそ汁(大根・なめこ)	☆ジュシー 牛乳	じゃがいも 油 砂糖 米	ツナ みそ 豚肉 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり 大根 なめこ 人参 グリーンピース
13	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉の甘辛煮 もやしときゅうりのごま酢あえ みそ汁(玉ねぎ わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ごま	鶏肉 魚肉ソーセージ みそ 牛乳	玉ねぎ ピーマン もやし きゅうり 人参 わかめ
15	月	星たべよ 麦茶	ごはん	鶏肉のかわり焼き パンサンスー みそ汁(豆腐・小松菜)	☆ひじきご飯 牛乳	米 マヨネーズ パン粉 はるさめ 油 砂糖	鶏肉 みそ 豆腐 油揚げ 牛乳	パセリ コーン 小松菜 きゅうり 人参 ひじき
16	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	麻婆豆腐 かぼちゃの含め煮 みそ汁(キャベツ・ねぎ)	☆しらすトースト 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 パン マヨネーズ	豆腐 豚肉 みそ しらす干し 牛乳	人参 ねぎ ピーマン にんにく かぼちゃ キャベツ のり
17	水	ポーロ 麦茶	ピビンバ風 ご飯	鶏肉のから揚げ キャベツとみかんのサラダ スープ(コーン・わかめ) 乳酸菌飲料	ケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ごま 片栗粉	豚肉 鶏肉 牛乳	生姜 にんにく 人参 もやし ざやいんげん キャベツ きゅうり みかん コーン わかめ
18	木	みかん缶 麦茶	ごはん	鶏とじゃがいもの南蛮 ブロッコリーのごまマヨネーズ みそ汁(なめこ・あげ)	☆手作りマドレーヌ 牛乳	米 砂糖 ごま マヨネーズ バター じゃがいも ホット ケーキの素	鶏肉 ツナ みそ 油揚げ 牛乳	ごぼう 人参 グリーンピース ブロッコリー きゅうり なめこ レ モン
19	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	うどん	そら豆とアスパラガスのかき揚げ おかか和え(キャベツ・人参) すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆鮭ごはん 牛乳	うどん 薄力粉 油 砂糖 米	ウインナー 糸揚げ かまぼこ 鮭 牛乳	そら豆 アスパラガス 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ
20	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ キャベツの塩昆布和え みそ汁(ふ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	ねぎ 生姜 レモン キャベツ 塩昆布 わかめ
22	月	星たべよ 麦茶	ごはん	キーマカレー(挽肉カレー) すき昆布の炒め煮 フルーツ(バナナ)	☆ココア蒸しパン ジョア	米 じゃがいも 油 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 ジョア ちくわ 豆乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース 昆布 バナナ
23	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	ささみフライ 甘酢あえ すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆シュガースティックハイ 牛乳	うどん 薄力粉 砂糖 パン粉 油 パイシート	鶏肉 かまぼこ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 ねぎ
24	水	みかん缶 麦茶	ごはん	回鍋肉 じゃが芋と人参の煮物 みそ汁(なめこ・あさつき)	お米deブルーベリータルト サッポロポテト 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも	豚肉 みそ 牛乳	キャベツ ピーマン 人参 なめこ あさつき みかん
25	木	ポーロ 麦茶	ごはん	揚げ鶏の甘酢あん もやしのナムル コーンスープ(中華風)	☆ジャムサンド 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま パン	鶏肉 魚肉ソーセージ 牛乳	生姜 もやし きゅうり 人参 ねぎ コーン
26	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	鮭の照り焼き 小松菜の納豆和え すまし汁(豆腐・あさつき)	☆なめ茸ごはん 牛乳	米 油	鮭 納豆 糸揚げ 豆腐 ツナ 牛乳	小松菜 人参 あさつき なめ茸
27	土	セレクト 麦茶	ごはん	肉と野菜のみそ炒め 浅漬(キャベツ・人参) すまし汁(ふ・もやし)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 みそ 牛乳	生姜 生いたけ 人参 ピーマン キャベツ もやし
29	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豆腐の和風ハンバーグ ブロッコリーとコーンのごま和え みそ汁(なめこ・ねぎ)	☆オレンジゼリー 豆花クッキー 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 ごま	豆腐 豚肉 みそ 牛乳	えのき茸 ひじき 玉ねぎ ブロッコリー コーン オレンジ ジュース なめこ ねぎ みかん
30	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	白身魚のパン粉焼き 大根と人参の甘酢 すまし汁(はんぺん・ねぎ)	☆わかめごはん 牛乳	うどん パン粉 油 砂糖 米	ホキ かまぼこ 牛乳	にんにく 大根 きゅうり 人参 ねぎ わかめ
31	水	みかん缶 麦茶	バター ロール	ツナグラタン フレッシュサラダ スープ(わかめ・コーン)	☆ケチャップごはん 牛乳	パン マカロニ 油 薄力粉 バター パン粉 砂糖 米	ツナ 牛乳 チーズ ウインナー	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 みかん レーズン わかめ コー ン
平均 栄養価		乳児食(基準献立)エネルギー470kcal たんぱく質18.0g 脂質15.9g 塩分1.6g 幼児食(基準献立)エネルギー551kcal たんぱく質22.2g 脂質18.7g 塩分1.9g						
・☆印は手作りおやつの日です。完了期提供は次の通りです。ごはん類→軟飯 揚げ物→蒸し焼き 食パン→耳なし 市販ケーキ→お米deタルト ※食材によっては刻み提供 ・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。								

離乳食献立表

令和5年5月

日 曜	6か月～7か月	8ヶ月～9か月	10か月～12ヶ月
1 月	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 ブロccoli)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロccoli)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロccoli)
2 火	おかゆ だし汁 スープ煮(チンゲン菜 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 チンゲン菜 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 チンゲン菜 人参 きゅうり)
6 土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)
8 月	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)
9 火	パンがゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり キャベツ 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(ツナ きゅうり キャベツ 玉ねぎ)
10 水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)
11 木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ ほうれん草)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ ほうれん草)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ ほうれん草)
12 金	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 大根 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 大根 人参 きゅうり)
13 土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ きゅうり 人参)
15 月	おかゆ だし汁 スープ煮(小松菜 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 小松菜 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 小松菜 人参 きゅうり)
16 火	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 かぼちゃ キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 かぼちゃ キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 かぼちゃ キャベツ)
17 水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 キャベツ きゅうり 人参)
18 木	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 ブロccoli きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 人参 ブロccoli きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 人参 ブロccoli きゅうり)
19 金	うどん だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 甘辛煮(ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 甘辛煮(ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ)
20 土	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 人参 キャベツ)
22 月	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも 玉ねぎ 人参)
23 火	うどん だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 だし煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 だし煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)
24 水	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ じゃがいも キャベツ 人参)
25 木	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 きゅうり 人参)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 きゅうり 人参)
26 金	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 小松菜 人参)	おかゆ すまし汁 煮魚(鮭 じゃがいも 小松菜 人参)	おかゆ すまし汁 煮魚(鮭 じゃがいも 小松菜 人参)
27 土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ 人参)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ 人参)
29 月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 ブロccoli 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(豆腐 ブロccoli 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(豆腐 ブロccoli 玉ねぎ)
30 火	うどん だし汁 スープ煮(きゅうり 人参 大根)	うどん うどん汁 煮魚(白身魚 きゅうり 人参 大根)	うどん うどん汁 煮魚(白身魚 きゅうり 人参 大根)
31 水	パンがゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり キャベツ 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(ツナ きゅうり キャベツ 玉ねぎ)

・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。毎日じゃがいも、人参が入ります。