



清水こども園だより



11月号

令和5年
11月1日発行

<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://shimizuhokuen.com>



11月のおやくそく
★てあらい うがいを きちんとしましょう
11月のうた「こぎつね」
11月のてあそび「やきいもグーキーパー」

11月の行事予定

- 1日(水)衣替え、広場「のびのびランド」
- 2日(木)防災訓練
- 4日(土)バス停花壇花植え(保護者会役員共同)
- 6日(月)体操教室(うさぎ・くま・ぞう)、ベルマークの日
- 7日(火)誕生会(参観不可)、身体測定(対象児)
- 8日(水)さつま芋掘り、広場「遊びランド」(さつま芋掘り)
キッズ+保育園との交流、ウルトラマン来園
※はいチーズ写真撮影
- 9日(木)4園合同行事(ぞう:田名子どもセンター)
- 10日(金)さつま芋掘り予備日、お遊戯会紙袋提出〆切
- 13日(月)布団乾燥
- 15日(水)~17日(金)麻溝台中学校職場体験
- 17日(金)秋の収穫祭:食育の日※はいチーズ写真撮影
(お芋パーティー・飯ごう炊飯)
- 20日(月)内科検診予備日 10:30~
- 21日(火)お遊戯下見(ひよこ、りす、うさぎ)
- 22日(水)お遊戯下見(くま、ぞう)
- 24日(金)子育て講座「クリスマス制作」
- 25日(土)9:30大掃除・懇談会、卒園児保護者会(役員のみ)
- 27日(月)体操教室(うさぎ・くま・ぞう)、布団乾燥
- 29日(水)~12/1日(金)内出中学校職場体験
- 30日(木)英語で遊ぼう(くま・ぞう)
- ※手作りおやつの日:9日(木)
「プリンアラモード」

色づいた葉が一枚一枚と落ちて秋から冬へと季節も移り変わろうとしています。運動会・遠足・秋祭り等の行事を経験していく中で、子どもたちにはそれぞれに成長がみられてきました。

11月は園外保育、勤労感謝の日等、有意義な行事の機会をとらえ自然の恵み、社会の恵みに感謝することを年齢なりに理解でき、生活の中では「ありがとう」の言葉が素直にでてくるようにしていきたいと思います。

これから寒い季節に入りますが、コロナは少し落ち着いてきましたが、インフルエンザはすでに流行しております。これまで以上に感染予防に注意を払うとともに、細菌に負けない丈夫な身体を作るため、栄養、睡眠、運動に配慮し、規則正しい生活を心掛けましょう。

園としましても、ご家庭と連携しながら感染予防に精一杯取り組んでいきますのでご理解とご協力をよろしくお願い致します。



お知らせ

<園児に発熱などの体調不良があった場合の対応>

★ お子様在教育・保育中に体調が悪くなったときには早めにお知らせいたします。全身症状を見て、熱が高くなくてもご連絡する場合がありますのでご了承ください。(基本は37.5~38℃を目安。発熱には個人差がありますので、個人の平熱を参考に判断します。)できるだけ、速やかなお迎えにご協力ください。特に発熱については、解熱後24時間の経過観察が推奨されていますので、翌日の無理な登園は控えていただき、下痢や嘔吐については、完全に症状が治まってから登園するようご理解とご協力をお願いします。牛乳提供中止などの依頼についての対応も基本は行いません。また、家族の方が体調不良の場合も、出来るだけ登園を控えるようお願いしています。

<お遊戯会について>

● 12月のお遊戯会については、今後の感染症の状況にもよりますが、現時点では昨年同様、感染拡大防止対策をしっかり行い入れ替え制での開催の方向で検討中です。具体的な内容がまとまりましたらご案内しますので、ご理解とご協力をお願いします。

<11月8日のウルトラマン来園について>

● 詳細は、先日のメール、各クラスのボードにて、ご確認ください。

<新職員の紹介>

● 11月1日より、保育教諭として鎌田さんが勤務します。よろしくお願いします。

<登園時のお願い>

● 食べ物を食べながら、家庭から玩具を持ってくる等は、トラブルや安全上の問題によりご遠慮ください。

<手紙のやり取りについて>

● 子ども同士、職員への手紙のやり取りは自由に行っていますが、シールなどの装飾品は、誤食やトラブルにつながるため控えるようにお願いします。

おねがひ

- ★ 集金について:会計上の規定により、集金袋を受け取ったら5日以内にお支払いいただきますようお願い致します。
- ★ 早番(7:00~8:30)遅番(17:00~)の利用は、就労時間の関係でやむを得ない方が利用できる時間となります。就労時間と通勤時間で必要な時間でのご利用をお願いします。届出をいただいている就労状況と合わない場合は、確認をさせていただきますのでご了承ください。
- ★ お休みの連絡や遅刻の連絡は9時までをお願いします。お子さんが活動にスムーズに入れないことや給食の準備の問題もあるので、なるべく9時までの登園を心掛けて下さい。
- ★ 職業や住所、家族構成など変更が生じた場合は、園を通じ市に書類の提出が必要となりますので、速やかにお知らせください。
- ★ 園で貸し出した衣類等(清保と記入しています)は、洗濯をして早めに返却してください。なお、週に一度はロッカーの点検をしてください。





日が落ちるのもすっかり早くなり、夕暮れ時には寒さが身に染みる季節となりました。服装の調節が難しい季節もありますが、風邪をひかないよう、体調管理に気を付けましょう。引き続きしっかりと手洗いうがいを行いましょう。十分な睡眠、バランスの良い食事を摂る事も大切ですね。

さて、今月はれんこん、大根などの根菜類の他、さつまいもやかぼちゃなどの食材を入れています。食べ慣れない場合は完食を目指すよりも、まずは慣れる経験をしてほしいと思います。

また、17日は秋の収穫祭ですね。みんなで掘ったさつまいもをお芋パーティーで味わいましょう。そして、15日は七五三ですので、おやつは「お赤飯」になっています。七五三をお赤飯でお祝いしましょう。

清水こども園の収穫祭・食育の日

収穫祭は収穫した野菜に触れ、調理して食べる事により、食物の1連のサイクルを実感することを目的として行っています。食への関心を高め、好き嫌いをなく食べられるように指導していきます。

当日はホールで実際に調理員が野菜を切っているところや具だくさん汁を調理するのを見学します。また、園長先生が園で収穫したお米を飯ごう炊飯しているところも見学します。

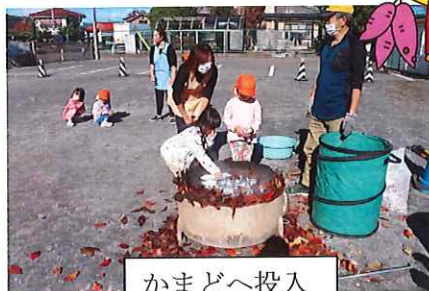
焼き芋のさつまいもは、園のわんぱく農園と営農センターで子どもたちが掘ったさつまいもです。前日に子どもたちが新聞紙とアルミホイルで包んで準備します。当日は自分で焚火に芋を投げ入れ、焼くところを見学します。(写真は昨年の様子)



さつまいも洗い



アルミホイルに包む



かまどへ投入



焼き芋完成



キウイの収穫



飯ごう炊飯

<11月の連絡・お願い事項>

- さつまいも掘り 8日(水)
- 手作りおやつ 9日(木)
「プリンアラモード」
- 食育の日 17日(金)
「秋の収穫祭・お芋パーティー」

<わんぱく農園だより>

<稲刈り>

10月11日(水)に、くま・ぞう組は稲刈りにも挑戦しました。4月の種まきから始まり、いよいよ収穫の時です。



<11月の予定>

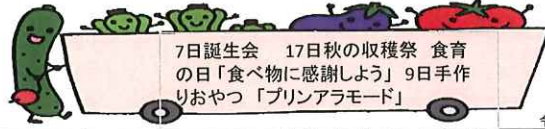
- ・米の脱穀(10/27)、もみずり、精米、飯ごう炊飯
- ・秋の収穫祭・焼き芋大会
- ・大根収穫
- ・キウイの収穫



令和5年

11月

こんだてひょう



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	水	みかん缶 麦茶	ごはん	鶏肉とじゃがいもの南蛮 キャベツのマヨサラダ みそ汁(ふ・ねぎ)	☆しらすーと 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 マヨネーズ ふ パン	鶏肉 みそ ツナ しらすーと 牛乳	みかん 人参 ごぼう ねぎ のり グリーンピース キャベツ きゅうり
2	木	ポーロ 麦茶	ごはん	照焼ハンバーグ パンサンスー みそ汁(大根・えのき)	☆カレー蒸しパン 牛乳	米 片栗粉 砂糖 はるさめ 油 ホットケーキ の素	豚肉 豆乳 みそ ウインナー 牛乳	玉ねぎ きゅうり 人参 パセリ コーン えのき茸 大根
4	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き 大根ときゅうりのドレッシング みそ汁(キャベツ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	豚肉 みそ 牛乳	生姜 玉ねぎ 大根 きゅうり キャベツ わかめ
6	月	星たべよ 麦茶	ごはん	鮭のパン粉焼き ブロッコリーと人参のごま和え みそ汁(あげ・かぶ)	☆ホットドック 牛乳	米 パン粉 油 ごま 砂糖 卵	鮭 みそ 油あげ ウインナー 牛乳	にんにく ブロッコリー 人参 かぶ キャベツ
7	火	たべっこbaby 麦茶	きのこ入り チキンライス	エビフライ 海藻サラダ スープ(ねぎ・コーン) 乳酸菌飲料	ケーキ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 ごま 砂糖 油	鶏肉 えび ツナ 牛乳	玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり ひじき わかめ ねぎ コーン
8	水	みかん缶 麦茶	ごはん	かれのい治部煮 お浸し(ほうれん草・人参) 相性汁	サッポロポテト 豆花クッ キー ジュース	米 砂糖 さつまいも 油	かれのい 糸けつり みそ ウインナー 豆乳	みかん ほうれん草 人参 玉 ねぎ ジュース
9	木	ポーロ 麦茶	パン	かぼちゃコロッケ キャベツときゅうりの甘酢 スープ(わかめ・コーン)	☆プリンアラモード 牛乳	パン 油 小麦粉 パン粉 砂糖 クリーム	豚肉 牛乳	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり わかめ コーン フルーツ缶 パナナ
10	金	アンパンマンソフトせん 麦茶	ごはん	肉団子の甘酢あん ピーフンの中華風サラダ みそ汁(豆腐・わかめ)	☆わかめごはん 牛乳	米 片栗粉 砂糖 油 ピーフン	豚肉 魚肉ソーセージ みそ 豆腐 牛乳	干椎茸 ねぎ 生姜 きゅうり 人参 わかめ
11	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉とキャベツの炒め物 わかめサラダ みそ汁(ふ・玉ねぎ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 みそ 牛乳	生姜 キャベツ わかめ もやし 人参 玉ねぎ
13	月	星たべよ 麦茶	ごはん	焼肉 大根とツナの和風サラダ みそ汁(ねぎ・わかめ)	☆ココア蒸しパン 牛乳	米 油 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 ツナ みそ 豆乳 牛乳	生姜 にんにく 玉ねぎ ピーマン 大根 きゅうり 人参 わかめ ねぎ
14	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	根菜カレー グリーンサラダ フルーツ(みかん)	☆マカロニきなこ 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 マヨネーズ マカロニ	鶏肉 牛乳 ツナ きなこ	れんこん 人参 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン みかん
15	水	みかん缶 麦茶	ラーメン	鶏肉の照り焼き キャベツとパインのサラダ みそスープ	☆赤飯 牛乳	中華麺 油 砂糖 米	鶏肉 豚肉 みそ ささげ 牛乳	みかん キャベツ きゅうり パイン コーン ねぎ わかめ 生姜 にんにく
16	木	ポーロ 麦茶	ごはん	豆腐の中華炒め きゅうりとわかめのごま酢和え スープ(玉ねぎ・かまぼこ)	☆いももち 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま じゃがいも	豆腐 豚肉 かまぼこ 牛乳	にんにく 白菜 人参 干椎茸 きゅうり わかめ 玉ねぎ
17	金	アンパンマンソフトせん 麦茶	ごはん	ミートボール スパゲティサラダ 具だくさん汁	☆シユガースティックポテ ト ジョア	米 片栗粉 油 砂糖 スパゲティ マヨネーズ さ つまいも	豚肉 ツナ 豆腐 鶏肉 油揚げ ジョア	ねぎ きゅうり 人参 キャベツ 大根
18	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ もやしときゅうりの甘酢和え みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	ねぎ 生姜 レモン もやし きゅうり 人参
20	月	星たべよ 麦茶	ごはん	チキンカレー ひじきの炒り煮 ゼリー	☆きなこサンド 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 パン マーガリン	鶏肉 牛乳 油あげ きなこ	玉ねぎ 人参 グリーンピース ひじき
21	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	大豆入かき揚げ キャベツとツナのサラダ すまし汁(かまぼこ・あさつき)	☆なめたけご飯 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 米	大豆 ウインナー ツナ かまぼこ 牛乳	玉ねぎ ピーマン 人参 なめ茸 キャベツ きゅうり あさつき
22	水	みかん缶 麦茶	ごはん	ホキのかば焼き 切干大根のごまサラダ すまし汁(ふ・わかめ)	☆りんごケーキ 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま マヨネーズ ふ ホット ケーキの素	ホキ 豆乳 牛乳	生姜 切干大根 きゅうり 人参 コーン わかめ りんご
24	金	アンパンマンソフトせん 麦茶	ごはん	鶏肉のトマト煮込み 小松菜とジャコの炒め物 コーンスープ	☆大学芋 牛乳	米 油 砂糖 ごま バター 小麦粉 さつまいも	鶏肉 ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ トマト グリーンピース 小松菜 クリームコーン
25	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉と玉ねぎの炒め物 キャベツの塩昆布和え みそ汁(もやし・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 マヨネーズ	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 塩こんぶ もやし わかめ
27	月	星たべよ 麦茶	ごはん	かれのいのみそマヨネーズ焼き かわりきんぴら すまし汁(豆腐・ねぎ)	☆やきそば 牛乳	米 マヨネーズ 油 砂糖 中華そば	かれのい みそ さつまいも揚げ 豆腐 ウインナー 牛乳	大根 人参 グリーンピース ねぎ もやし キャベツ
28	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	変わりシウマイ すき昆布の炒め煮 中華スープ	☆スイートポテト 牛乳	米 片栗粉 砂糖 さつまい も バター クリーム 油 しゅうまいの皮	豚肉 ちくわ 牛乳	玉ねぎ 干椎茸 生姜 すき昆布 人参 ねぎ わかめ コーン
29	水	みかん缶 麦茶	パン	かぼちゃのグラタン キャベツとコーンのサラダ スープ(玉ねぎ・人参)	☆さつまいもごはん 牛乳	パン 油 バター 小麦粉 卵 砂糖 米 ごま さつまいも	鶏肉 牛乳 スキムミルク チーズ	かぼちゃ 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン 人参
30	木	ポーロ 麦茶	ごはん	さばの照り焼き ブロッコリーのおかか和え 豚汁	☆ホットケーキ 牛乳	米 油 砂糖 じゃがいも ホットケーキの素 いちごジャム	さば 糸けつり 豆乳 豚肉 みそ 牛乳	生姜 ブロッコリー きゅうり 人参 大根 ごぼう ねぎ
平均 栄養価	乳児食(基準献立) 幼児食(基準献立)	エネルギー462kcal エネルギー544kcal	たんぱく質 17.7g たんぱく質 21.7g	脂質 15.6g 脂質 18.5g	塩分 1.6g 塩分 1.9g			

・☆印は手作りおやつです。昼食には麦茶がつけます。
 ・人気メニューのレシピを相模原市公式サイト(パソコン・スマートフォン向け)で紹介しています。【相模原市 保育園レシピ】で検索
 ・☆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11月

日	曜	6カ月～7カ月	8ヶ月～9カ月	10カ月～12ヶ月
1	水	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり キャベツ 人参)
2	木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 大根 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ 大根 きゅうり)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ 大根 きゅうり)
4	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 大根 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 玉ねぎ 大根 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 玉ねぎ 大根 キャベツ)
6	月	おかゆ だし汁 スープ煮(ブロッコリー キャベツ かぶ)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 ブロッコリー キャベツ かぶ)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 ブロッコリー キャベツ かぶ)
7	火	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ 人参)
8	水	おかゆ だし汁 スープ煮(ほうれん草 玉ねぎ さつまいも)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 ほうれん草 玉ねぎ さつまいも)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 ほうれん草 玉ねぎ さつまいも)
9	木	パンがゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり かぼちゃ)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ キャベツ きゅうり かぼちゃ)	パン スープ スープ煮(ツナ キャベツ きゅうり かぼちゃ)
10	金	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 人参 きゅうり)
11	土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参)
13	月	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ きゅうり 大根)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ きゅうり 大根)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ きゅうり 大根)
14	火	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 きゅうり キャベツ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 きゅうり キャベツ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 きゅうり キャベツ)
15	水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 キャベツ きゅうり)
16	木	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 白菜 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(豆腐 白菜 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(豆腐 白菜 きゅうり 玉ねぎ)
17	金	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 きゅうり さつまいも)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 大根 きゅうり さつまいも)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 大根 きゅうり さつまいも)
18	土	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 人参)
20	月	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ 甘辛煮(鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参)
21	火	うどん だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 スープ煮(大豆 玉ねぎ キャベツ きゅうり)	うどん うどん汁 スープ煮(大豆 玉ねぎ キャベツ きゅうり)
22	水	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 きゅうり)	おかゆ すまし汁 煮魚(白身魚 人参 きゅうり)	おかゆ すまし汁 煮魚(白身魚 人参 きゅうり)
24	金	おかゆ だし汁 スープ煮(小松菜 さつまいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ トマト煮(鶏肉 小松菜 さつまいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ トマト煮(鶏肉 小松菜 さつまいも 玉ねぎ)
25	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ)
27	月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 キャベツ 大根)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 キャベツ 大根)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 キャベツ 大根)
28	火	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 じゃがいも)	おかゆ スープ 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ 人参 じゃがいも)	おかゆ スープ 甘辛煮(ツナ 玉ねぎ 人参 じゃがいも)
29	水	パンがゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり かぼちゃ)	パンがゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ きゅうり かぼちゃ)	パン スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ きゅうり かぼちゃ)
30	木	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 ブロッコリー 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 大根 ブロッコリー 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 大根 ブロッコリー 人参)

・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。