



<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>



5月のおやくそく ★そとでおともだちと げんきいっぱいあそびましょう

今月のうた 「てをたたきましょう」
今月のてあそび 「こぶたがみちを」

青く澄んだ空を元気に泳ぐこいのぼり。ぞう組のお当番さんが毎朝あげています。園の生活にも慣れてきた子どもたちは、砂遊びをしたり、虫を見つけたり、グラウンドを思いっきり走り回ったりと、元気に遊んでいます。そんな姿は、とても気持ちがいいものですね。私たちもそれに応え、さらにのびのびと遊べる環境を用意していきたいと考えています。また、今月は乳児クラスの運動会、保育参観や個人面談もあります。行事を通して、保護者同士の親睦を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、全議案が承認されました。令和6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(水) 水遊び開始
- 2(木) 身体測定(対象児)
- 3(金) 憲法記念日 休園
- 4(土) みどりの日 休園
- 5(日) こどもの日 休園
- 6(月) 振替休日 休園
- 7(火) 運動会予行演習(ひよこ・りす・ぱんだ)、布団乾燥、ベルマークの日
- 8(水) 防災訓練
- 10(金) 運動会会場準備
- 11(土) 親子ふれあい運動会(ひよこ・りす・ぱんだ)
※雨天:決行
- 14(火) 交通安全教室(はいチーズ撮影)
- 15(水) 誕生会(見学可)
- 16(木) 体操教室、広場「のびのびランド」
- 17(金) 保育参観日(うさぎ)、食育の日
- 20(月) 体操教室、内科検診予備日
- 21(火) 防犯訓練
- 22(水) 保育参観日(くま)
- 23(木) 英語で遊ぼう
- 27(月) 体操教室(はいチーズ撮影)
- 27(月)~6/1(土) 個人面談(全園児)※0歳児8日(土)
- 28(火) 保育参観日(ぞう)
- 29(水) 保育参観日(ひよこ0)
- 30(木) 保育参観日(ひよこ1)
※食育の日:17日(金)そら豆のさやとり(ぞう)
※手作りおやつ:9日(木) フルーツヨーグルト和え



令和6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宮本(ぞう組)と申します。長男がうさぎ組で入園してから、今年で13年と長い間、園長先生をはじめ諸先生方に親子で大変お世話になり、誠に微力ではありますが、少しでも先生方のお役に立てるのであればと思ひ、会長を引き受けさせて頂きました。不慣れで至らぬ点多々あると思ひますが、1年間精一杯務めさせて頂きますので、どうぞ宜しくお願い致します。

保護者会会長

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)
ロッカーの点検をしましょう。(冬物と夏物の入れ替え)
- ★全ての物に名前の記入をお願いします。(わかりやすく、はっきりと)
- ★カラー帽子の洗濯について: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致します。
- ★早くも熱中症が心配される季節となりました。しっかりと朝ご飯を食べ、水分補給をして登園して下さい。



親子ふれあい運動会(乳児部門)について

5月11日(土)9:15集合 ひよこ・りす・ぱんだ組 対象
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。

思いやり保育活動

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、**お子様の誕生月にお子様から保護者の方へ日頃の感謝を込めてプレゼントを用意しています。**お楽しみにしてください。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11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。何が出来るか、楽しみです。





新年度になり、子ども園での生活も一か月が経とうとしています。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、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、今月の献立には季節の食材を味わう・感じるとの観点から、そら豆や枝豆、アスパラガスなど、旬を迎える食材を取り入れました。また、キャベツや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。

子どもの食を支えるために

園では食育に取り組んでいます。子どもたちが食に対する興味を深め、豊かな食体験をしていくためには、園と家庭との連携が大切になります。お子さんの食に関する出来事や気になることなど、気軽に職員にお声かけください。



<5月の連絡・お願い事項>

- 食育の日 17日（金）
そら豆のさやとり(ぞう)
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 9日（木）
「フルーツヨーグルト和え」



<わんぱく農園だより>

「種もみの選別、稲の種まき実施」

4月3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。



4月11日（木）種まき
 稲の種まき（3・4・5歳児）
 うさぎ組（ピーマン）
 くま組（大豆・ピーマン）
 ぞう組（ミニかぼちゃ）
 の種まきを行いました。



4つのおさらを並べよう

食生活の基本となるのが、主食（きいろ）・汁（しろ）・主菜（あか）・副菜（みどり）の4つのおさらです。園では子どもたちがわかりやすいよう、色で伝えています。バランスのよい献立にするには何色が必要か、4つのおさらを意識してみましよう。



端午の節句の柏もち

子どもの健やかな成長を願う端午の節句には、柏もちを食べます。柏の葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、「家系が絶えない」「子孫繁栄」という意味が込められ、縁起のよい食べものとされています。



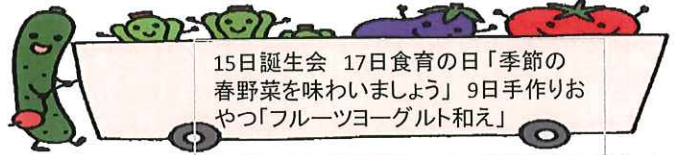
<5月の予定>

- ・野菜苗植え
- ・田植え
- ・さつまいも苗植え付け



令和6年
5月

こんだてびょう



15日誕生会 17日食育の日「季節の春野菜を味わいましょう」9日手作りおやつ「フルーツヨーグルト和え」

令和6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	チンジャオロース 大根ときゅうりの中華あえ 中華スープ	☆枝豆蒸しパン 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 豆乳 枝豆 牛乳	みかん もやし ピーマン 人参 たけのこ 大根 きゅうり ねぎ わかめ コーン
2	木	ポーロ 麦茶	ごはん	鮭のかわりパン粉焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	☆ジャムサンド のむヨーグルト	米 マヨネーズ パン粉 油 パン	鮭 納豆 糸けつり みそ のむヨーグルト	ほうれん草 人参 かぼちゃ 玉ねぎ
7	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	チキンカレー 切干大根の炒め煮 フルーツ(バナナ)	☆マドレーヌ 牛乳	米 じゃがいも 油 バター ホットケーキの素 砂糖	鶏肉 牛乳 さつま揚げ	玉ねぎ 人参 レモン グリーンピース 切干大根 バナナ
8	水	みかん缶 麦茶	ロールパン	ポテトミートグラタン キャベツともやしのドレッシング コンソープ	☆なめたけご飯 牛乳	パン じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 バター 米	豚肉 スキムミルク チーズ 牛乳 ツナ	みかん 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 コーン なめ茸
9	木	ポーロ 麦茶	ごはん	鶏肉の照り焼き キャベツとツナのサラダ みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)	☆フルーツヨーグルト和え 牛乳	米 油 砂糖 じゃがいも	鶏肉 みそ ツナ ヨーグルト 牛乳	キャベツ きゅうり バナナ 玉ねぎ フルーツ缶
10	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	生揚げのそぼろ煮 ビーフンの中華風サラダ みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	☆ぶどう蒸しパン 牛乳	米 砂糖 油 ホットケーキ の素 片栗粉 ビーフン	生揚げ 鶏肉 魚肉ソー セージ みそ 牛乳	人参 玉ねぎ きゅうり わかめ ぶどうジュース
11	土	セレクト 麦茶	ごはん	肉野菜炒め おかか和え(大根、人参) みそ汁(ねぎ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖	豚肉 糸けつり みそ 牛乳	キャベツ 玉ねぎ ピーマン 大根 人参 きゅうり わかめ ねぎ
13	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豆腐と豚肉のチャンプル スパゲティサラダ すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆クッキー 牛乳	米 油 砂糖 スパゲティ マヨネーズ 小麦粉 バター	豆腐 豚肉 ツナ かまぼこ 牛乳	人参 もやし 生姜 さやいんげん キャベツ きゅうり ねぎ
14	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉の香味揚げ もやしのごま和え みそ汁(あげ・玉ねぎ)	☆きなこサンド 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ごま パン マーガリン	鶏肉 魚肉ソーセージ みそ 油あげ きなこ 牛乳	生姜 にんにく 青のり もやし きゅうり 人参 玉ねぎ
15	水	みかん缶 麦茶	ピピンバ風 ご飯	かじきのケチャップあえ キャベツとパインのサラダ スープ(ウインナー・玉ねぎ) 乳酸菌飲料	ケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ごま 片栗粉	豚肉 かじき ウインナー 牛乳	みかん 生姜 にんにく 人参 もやし さやいんげん キャベツ きゅうり パイン 玉ねぎ
16	木	ポーロ 麦茶	ロールパン	煮込みハンバーグ マカロニサラダ スープ(えのき、小松菜)	☆ツナごはん 牛乳	パン 片栗粉 砂糖 マカロニ マヨネーズ 米	豚肉 豆乳 魚肉ソーセ ージ ツナ 牛乳	玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 えのき茸 小松菜
17	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	うどん	春野菜のかき揚げ きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁(鶏肉・花形人参・ねぎ)	☆しらすごはん 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖	ウインナー 鶏肉 しらす 牛 乳	そら豆 玉ねぎ 人参 アスパラ きゅうり わかめ ねぎ
18	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ キャベツともやしのごまサラダ みそ汁(ふ・なめこ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油 ごま ふ	鶏肉 みそ 牛乳	ねぎ 生姜 レモン キャベツ もやし 人参 なめこ
20	月	星たべよ 麦茶	ごはん	肉じゃが ブロッコリーのおかか和え みそ汁(ふ・わかめ)	☆バナナスクエア 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ふ ホットケーキの素	豚肉 糸けつり みそ 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース ブロッコリー きゅうり わかめ バナナ レモン
21	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	白身魚の磯辺揚げ コールスロー すまし汁(鶏肉・わかめ)	☆ひじきご飯 牛乳	うどん 片栗粉 油 砂糖 米	ホキ 魚肉ソーセージ 鶏肉 油揚げ 牛乳	青のり キャベツ 人参 わかめ ひじき
22	水	みかん缶 麦茶	ごはん	ポーカレー すき昆布の炒め煮 フルーツ(オレンジ)	☆みたらしまカロニ 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 マカロニ 片栗粉	豚肉 牛乳 ちくわ	みかん 玉ねぎ 人参 グリーンピース すき昆布 オレンジ
23	木	ポーロ 麦茶	ごはん	鶏肉のバーベキューソース 小松菜とジャコの炒め物 みそ汁(ふ・なめこ)	☆お豆腐パン 牛乳	米 砂糖 油 ごま ふ ホットケーキの素	鶏肉 ちりめんじゃこ みそ 豆腐 ウインナー 牛 乳	生姜 パン 玉ねぎ 小松菜 なめこ コーン
24	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	豆腐ナゲット かわりきんぴら みそ汁(じゃがいも・ねぎ)	☆シュガーラスク 牛乳	米 片栗粉 油 マーガリン 砂糖 じゃがいも パン	豆腐 鶏肉 さつま揚げ みそ 牛乳	玉ねぎ 大根 人参 グリーンピース ねぎ レモン汁
25	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のマーマレード煮 大根ときゅうりのサラダ みそ汁(もやし・わかめ)	セレクト 牛乳	米 マーマレード 油 砂糖	鶏肉 みそ 牛乳	大根 きゅうり 人参 もやし わかめ
27	月	星たべよ 麦茶	うどん	ささみの天ぷら もやしときゅうりのドレッシング すまし汁(かまぼこ・わかめ)	☆クリームチーズ蒸しパン 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 ホットケーキの素	ささみ かまぼこ チーズ スキムミルク 牛乳	青のり もやし きゅうり 人参 わかめ
28	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	みそ豚 海藻サラダ すまし汁(えのき・ねぎ)	☆カルピスゼリー アンパンマンソフトせん 牛乳	米 油 砂糖 ごま	豚肉 ツナ みそ 牛乳	ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ひじき みかん わかめ えのき茸
29	水	みかん缶 麦茶	ロールパン	ポークシチュー ツナサラダ ゼリー	☆おにぎり(鮭)幼児 鮭ごはん 乳児 牛乳	パン じゃがいも 油 バター 小麦粉 砂糖 マヨネーズ 米	豚肉 ツナ 鮭 牛乳	みかん 玉ねぎ 人参 トマト グリーンピース キャベツ きゅうり のり
30	木	ポーロ 麦茶	ごはん	焼肉 わかめサラダ みそ汁(ふ・ねぎ)	☆パイナップル蒸しパン 牛乳	米 油 砂糖 ふ ホットケ ーキの素	豚肉 みそ 豆乳 牛乳	生姜 にんにく 玉ねぎ ピーマン わかめ パイン缶 もやし 人参 ねぎ
31	金	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	かじきのガーリックフライ 人参のクリームソーダ 春雨スープ(ウインナー・ねぎ)	☆パウンドケーキ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ 砂糖 はるさめ バター	かじき ヨーグルト ウィ ナー スキムミルク 牛乳	にんにく 人参 きゅうり コーン ねぎ
平均 栄養価		乳児食(基準献立)エネルギー460kcal たんぱく質17.7g 脂質15.7g 塩分1.5g 幼児食(基準献立)エネルギー544kcal たんぱく質22.3g 脂質18.0g 塩分1.8g						
<p>・☆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。</p>								

離乳食献立表

令和6年5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(人参 大根 きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 大根 きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 大根 きゅうり)
2 木	おかゆ だし汁 スープ煮(ほうれん草 玉ねぎ かぼちゃ)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 ほうれん草 玉ねぎ かぼちゃ)	おかゆ みそ汁 煮魚(鮭 ほうれん草 玉ねぎ かぼちゃ)
7 火	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ)
8 水	パンがゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ じゃがいも)	パンがゆ スープ だし煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ じゃがいも)	パン スープ だし煮(ツナ 玉ねぎ キャベツ じゃがいも)
9 木	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ きゅうり)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ きゅうり)	おかゆ すまし汁 スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ きゅうり)
10 金	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 きゅうり)
11 土	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 大根 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ きゅうり 大根 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ きゅうり 大根 人参)
13 月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 キャベツ 人参 きゅうり)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 キャベツ 人参 きゅうり)	おかゆ すまし汁 だし煮(豆腐 キャベツ 人参 きゅうり)
14 火	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 玉ねぎ 人参)
15 水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ 煮魚(かじき キャベツ 玉ねぎ 人参)	おかゆ スープ 煮魚(かじき キャベツ 玉ねぎ 人参)
16 木	パンがゆ だし汁 スープ煮(人参 小松菜 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 小松菜 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(ツナ 人参 小松菜 玉ねぎ)
17 金	うどん だし汁 スープ煮(きゅうり 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 きゅうり 人参 玉ねぎ)	うどん うどん汁 甘辛煮(鶏肉 きゅうり 人参 玉ねぎ)
18 土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参)
20 月	おかゆ だし汁 スープ煮(じゃがいも ブロッコリー 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ じゃがいも ブロッコリー 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ じゃがいも ブロッコリー 人参)
21 火	うどん だし汁 スープ煮(キャベツ 人参)	うどん うどん汁 煮魚(白身魚 キャベツ 人参)	うどん うどん汁 煮魚(白身魚 キャベツ 人参)
22 水	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ じゃがいも 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ じゃがいも 人参)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 玉ねぎ じゃがいも 人参)
23 木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 小松菜)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 小松菜)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 玉ねぎ 小松菜)
24 金	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 じゃがいも 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 じゃがいも 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 じゃがいも 人参 玉ねぎ)
25 土	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 大根 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 大根 人参)
27 月	うどん だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	うどん うどん汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 人参)	うどん うどん汁 スープ煮(鶏肉 きゅうり 人参)
28 火	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 甘辛煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(ツナ キャベツ きゅうり 人参)
29 水	パンがゆ だし汁 スープ煮(人参 じゃがいも 玉ねぎ)	パンがゆ スープ トマト煮(ツナ 人参 じゃがいも 玉ねぎ)	パン スープ トマト煮(ツナ 人参 じゃがいも 玉ねぎ)
30 木	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 玉ねぎ 人参)
31 金	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	おかゆ スープ 煮魚(かじき きゅうり 人参)	おかゆ スープ 煮魚(かじき きゅうり 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。とろみをつける為に、じゃがいもを使用しています。