

清水こども園だより

11月号

令和7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月の行事予定

- 1日(土)～30日(日) 保育月間「さがみはらんど」
- 4日(火) 衣替え、身体測定(対象児)
- 5日(水) さつま芋掘り(りす・うさぎ・くま・ぞう)※はいチーズ撮影
広場「のび」、広場遊びランド(さつま芋掘り)
キッズ+保育園交流、ベルマークの日
- 7日(金) さつま芋掘り予備日
- 8日(土) バス停花壇花植え 10:00～
- 10日(月) 運動会予行演習(うさぎ・くま・ぞう)※はいチーズ撮影
- 11日(火) 内科検診予備日(対象児) 15:00～
- 15日(土) 幼児運動会(うさぎ・くま・ぞう)※はいチーズ撮影
- 17日(月) 思いやり集会
- 18日(火) 防災訓練
- 19日(水) 秋の収穫祭(食育の日)※はいチーズ撮影
- 20日(木) 英語で遊ぼう
- 21日(金) 誕生会
- 25日(火) 秋の遠足(うさぎ:愛情弁当)
- 26日(水) 4園合同行事(ぞう)
- 27日(木) 体操教室
- 28日(金) 秋の遠足(くま:愛情弁当)
子育て講座10:30～11:30
「給食試食会と栄養士さんに聞いてみよう」

※手作りおやつの日:28日(金)「ジャムサンド」

※遠足についての詳細は、後日メールでお知らせします。

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。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月は幼児クラスの運動会、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出来るよう促し、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関わっていきたいと思います。

これから寒い季節に入ると風邪やインフルエンザの流行が心配されます。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>

開催日時 11月15日(土)

うさぎ・くま・ぞう 8:50 集合

※ひよこ・りすの弟妹は、保護者のもとでの観覧となります。

<雨天の場合は、17日(月)まで順延します>※17日はぞう組のみ。

★もし15日(土)が雨天で延期となった場合も、職員の勤務体制等の問題により、通常保育は行いませんので、ご理解とご協力をお願い致します。詳細については、先日配布したプリントを確認してください。

<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に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。
- ★ 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。

<年間行事計画の訂正>

年度初めに配布した年間行事計画において、1/3(土)が休園日となっていないませんが、休園日となりますので訂正します。

11月のおやくそく

★てあらいうかいをていねいにしましょう

11月の手あそび「やきいもグーチーパー」

11月のうた「やまのおんがくか」



- ★ 集金について:会計上の規定により、集金袋が渡りましたら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時間と合わない場合は、確認させていただきますのでご了承ください。
- ★ 就労先や住所、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。



朝晩は冷え込むようになり、秋も深まってきました。服装の調整が難しい季節でもあります。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・バランスのよい食事を摂る事も大切です。

さて、今月の献立には季節の食材にふれる・味わうとの観点から、さつまいも、かぼちゃなど、秋に美味しい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、まず慣れる経験をしてほしいと思います。旬の食材を食べて、秋の味覚を楽しみましょう。

また、5日にはさつまいも掘り、19日には収穫祭がありますね。みんなで掘ったさつまいもを味わいましょう。

そして、15日は七五三ですので、14日お昼の主食は「お赤飯」になっています。七五三をお赤飯でお祝いします。

<わんぱく農園だより>

<大根種まき>

10月2日(木)、くま・ぞう組が大根の種まきを行いました。



<稲刈り>

10月8日(水)、くま・ぞう組が稲刈りに挑戦しました。

4月の種まきから始まり、いよいよ収穫の時です。



<稲の脱穀>

10月28日(火)、くま・ぞう組が稲の脱穀に挑戦しました。



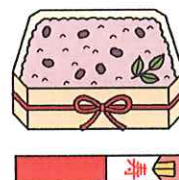
10/2 に種をまいた大根がこんなに成長しました



11/5 にさつまいも掘りを行う畑



七五三の赤飯



七五三の祝い膳に欠かせないのが赤飯です。赤い色には邪気を祓う力があるとされ、祝いや儀式に用いられてきました。あずきは皮が破れやすく緑起が悪いといわれ、ささげを使う地域もあります。

<11月の連絡>

- さつまいも掘り 5日(水)
- 米のもみずり、精米
- 食育の日 19日(水)
「秋の収穫祭・お芋パーティー・飯ごう炊飯・キウイの収穫」
- 手作りおやつ 28日(金)
「ジャムサンド」

<今後の食育活動予定>

- ・大根収穫
- ・キウイジャムづくり
- ・たくわん漬け



新米を園で精米して給食で提供しています

<現在、各クラスで育てている花・野菜>

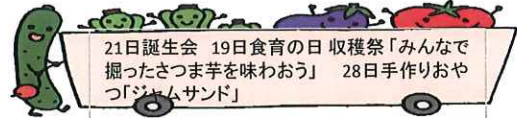
- りす：豆苗・ヒヤシンス
- うさぎ：チューリップ・オキザリス
- くま：パンジー・ほうれん草
- ぞう：ネモフィラ・フリージア



令和7年

11月

こんだてびょう



令和7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	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉と大根の甘辛煮 キャベツの塩昆布和え みそ汁(ねぎ・もやし)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	豚肉 みそ 牛乳	大根 玉ねぎ 人参 キャベツ 昆布 ねぎ もやし
4	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	チリコンカーン フレンチサラダ スープ(コーン・ウインナー)	ポーロ ヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖	大豆 豚肉 ウインナー ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 にんにく トマト キャベツ きゅうり みかん レーズン コーン
5	水	みかん缶 麦茶	ごはん	チキンカレー ひじきの炒り煮 フルーツ(バナナ)	☆さつまいものキャラメル 牛乳	米 じゃがいも 油 バター 砂糖 さつまいも	鶏肉 牛乳 油あげ	玉ねぎ 人参 グリーンピース ひじき バナナ みかん
6	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	さばの味噌煮 ほうれん草のサラダ すまし汁(あげ・もやし)	☆ミルクティのケーキ 牛乳	米 砂糖 油 ホットケーキの素 バター	さば みそ ツナ 油あげ 牛乳	生姜 ほうれん草 もやし 人参 きゅうり 玉ねぎ
7	金	ポーロ 麦茶	うどん	ささみの天ぷら もやしときゅうりのごま酢和え すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆さつまいもごはん 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 ごま 米 さつまいも	鶏肉 魚肉ソーセージ かまぼこ 牛乳	青のり もやし きゅうり 人参 ねぎ
8	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉と玉ねぎの炒め物 お浸し(もやし・きゅうり) みそ汁(ねぎ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 マヨネーズ	鶏肉 糸けずり みそ 牛乳	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 わかめ ねぎ
10	月	星たべよ 麦茶	ごはん	鶏肉の治部煮 ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁(豆腐・キャベツ)	☆お豆腐パン 牛乳	米 砂糖 小麦粉 油 ホットケーキの素	鶏肉 ツナ みそ 豆腐 ウインナー 牛乳	ブロッコリー きゅうり 人参 キャベツ コーン
11	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	根菜カレー すき昆布の炒め煮 ゼリー	☆きなこサンド 牛乳	米 さつまいも 油 パン 砂糖 マーガリン	鶏肉 牛乳 ちくわ きなこ	れんこん 大根 人参 玉ねぎ グリーンピース 昆布
12	水	みかん缶 麦茶	ごはん	肉団子のケチャップあえ 春雨ときゅうりの酢の物 スープ(もやし・コーン)	☆ツナ昆布ごはん 牛乳	米 片栗粉 砂糖 油 はるさめ	豚肉 ツナ 牛乳	椎茸 玉ねぎ 生姜 塩昆布 きゅうり 人参 わかめ もやし コーン みかん
13	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	豆腐と豚肉のチャンプル かぼちゃの含め煮 みそ汁(大根・ねぎ)	☆マヨチーズトースト のむヨーグルト	米 油 砂糖 マヨネーズ パン	豆腐 豚肉 みそ チーズ のむヨーグルト	人参 チンゲン菜 もやし 生姜 かぼちゃ ねぎ 大根
14	金	ポーロ 麦茶	お赤飯	鮭の西京焼き きゅうりとわかめの酢の物 豚汁	たべっこbaby 星たべよ(幼児) 牛乳	米 砂糖 ごま さつまいも 油	鮭 豚肉 みそ 小豆 牛乳	きゅうり 人参 わかめ 大根 ごぼう ねぎ
15	土			運動会				
17	月	星たべよ 麦茶	ごはん	肉と野菜のみそ炒め わかめサラダ すまし汁(あげ・かぶ)	☆ぶどうケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ホットケーキの素	豚肉 みそ 油あげ 牛乳	生姜 なす 人参 ピーマン わかめ もやし かぶ ぶどうジュース
18	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	白身魚のパン粉焼き れんこんのきんぴら すまし汁(えのき・わかめ)	プリン サッポロポテト 牛乳	米 パン粉 油 砂糖 ごま	ホキ 牛乳	にんにく れんこん 人参 グリーンピース わかめ えのき茸
19	水	みかん缶 麦茶	ごはん	ミートボール スバゲティサラダ 具だくさん汁	☆さつまいもスティック 牛乳	米 砂糖 スバゲティ マヨネーズ さつまいも 油	豚肉 ツナ 豆腐 油揚げ 鶏肉 牛乳	玉ねぎ きゅうり 大根 キャベツ 人参 ねぎ みかん
20	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	鶏肉のかわり焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁(人参・チンゲン菜)	☆やきそば 牛乳	米 マヨネーズ パン粉 砂糖 片栗粉 中華そば 油	鶏肉 みそ 豚肉 牛乳	大根 人参 チンゲン菜 もやし キャベツ バセリ
21	金	ポーロ 麦茶	食パン	さつまいもコロッケ キャベツとコーンのサラダ スープ(ウインナー・玉ねぎ)	☆アップルパイ 牛乳	パン さつまいも 油 小麦粉 パン粉 砂糖 バシント	豚肉 ウインナー 牛乳	玉ねぎ キャベツ レモン きゅうり コーン りんご
22	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のマーメレード煮 キャベツと人参の和え物 みそ汁(ふ・大根)	セレクト 牛乳	米 マーメレード 油 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	キャベツ 人参 のり 大根
25	火	たべっこbaby 麦茶	カレー うどん	キャベツとツナのマヨサラダ ポイルドウインナー カレーうどんのスープ	☆さつまいもケーキ 牛乳	うどん さつまいも ホット ケーキの素 砂糖 片栗粉 油 マヨネーズ	鶏肉 ツナ ウインナー 豆乳 牛乳	人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ きゅうり
26	水	みかん缶 麦茶	食パン	豆腐のグラタン 人参サラダ スープ(コーン・ねぎ)	☆鮭ごはん 牛乳	パン 油 小麦粉 米 バター パン粉 砂糖	豆腐 鶏肉 牛乳 スキムミルク チーズ 鮭	玉ねぎ 人参 きゅうり みかん レーズン ねぎ コーン
27	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 キャベツときゅうりごま昆布和え みそ汁(大根・なめこ)	☆みたらしまカロニ のむヨーグルト	米 砂糖 ごま 油 マカロ ニ 片栗粉	豚肉 みそ のむヨー グルト	玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参 きゅうり 昆布 なめこ 大根
28	金	ポーロ 麦茶	ごはん	照焼ハンバーグ 切干大根のゴマサラダ みそ汁(えのき・あさつき)	☆ジャムサンド(いちご) 牛乳	米 片栗粉 砂糖 ごま マヨネーズ パン ジャム	豚肉 豆乳 みそ 牛乳	玉ねぎ 切干大根 きゅうり 人参 コーン えのき あさつき
29	土	セレクト 麦茶	ごはん	大根と鶏肉の炒め煮 きゅうりともやしのサラダ みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	鶏肉 みそ 牛乳	大根 人参 きゅうり もやし ねぎ
平均 栄養価		乳児食(基準献立)	エネルギー457kcal	たんぱく質 17.5g	脂質 15.1g	塩分 1.5g		
		幼児食(基準献立)	エネルギー534kcal	たんぱく質 21.5g	脂質 17.8g	塩分 1.8g		

・☆印は手作りおやつです・昼食には麦茶がつかます。

・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 ※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7年11月

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