



<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>



青く澄んだ5月の空を元気に泳ぐこいのぼり。それに負けな
いくらい、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、グランドを思いっきり走り回ったり
と、本当に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、お忙しい中、個人面談へのご協力ありがとうございました。
今後も園と家庭が両輪となって共にお子様の成長を
見守っていきましょう。
今月は幼児クラスの運動会が
あります。保護者の皆様も、
お子さんと共に楽しんでいた
だけたらと思います。



5月の行事予定

- 1(金) 水遊び開始
- 3(日) 憲法記念日
- 4(月) みどりの日
- 5(火) こどもの日
- 6(水) 振替休日
- 7(木) ベルマークの日、防災訓練
- 11(月) 保育参観日(ひよこ1)
- 12(火) 保育参観日(りす)
- 13(水) 保育参観日(りす)
- 14(木) 広場「のび」
- 15(金) 保育参観日(ひよこ0)
- 18(月) 運動会予行演習(幼児)※はいチーズ撮影
- 19(火) 食育の日「いろいろな春野菜を味わいましょう」
- 22(金) 運動会会場準備
- 23(土) 運動会(幼児)※はいチーズ撮影(雨天:24日)
詳細は以前配信したお知らせで確認してください。
- 25(月) 体操教室(幼児)
- 26(火) 誕生会※はいチーズ撮影
手作りおやつ
- 28(木) 英語で遊ぼう(くま・ぞう)
- 29(金) 異年齢活動(くま・ぞう)
キッズ+保育園交流(りす)



防犯訓練: 抜打ち
※手作りおやつ: 26日「プリンアラモード」

5月のおやくそく
★やくそくをまもって
みずあそびをたのしみましょう

今月のうた 「こどりのうた」
今月のてあそび 「はみだしたチーズ」

おしらせ・おわがい

- ◆ 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。
- ◆ 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下さい。
- ◆ 5月1日より、りす組に女児1名、うさぎ組に男児1名入園しました。よろしくお祈りします。
- ◆ 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、上部のスッパ-を掛けるよう徹底をお願い致します。
清風の道から園庭への出入りの扉の鍵も閉めてください。また、保護者証の提示をお願いします。顔確認のため、開錠まではカメラを見てインターフォン正面に立ってお待ちください。



<幼児運動会について>
開催日時 5月23日(土)
うさぎ・くま・ぞう 8:45 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、24日(日)まで順延します>
★もし23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、以前配信したお知らせで確認してください。

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。今年度も、6月、10月、2月の思いやり集会後にお子さんとハートの折り紙をし、メッセージを記入し提出をしていただきますので、ご協力をお願いします。

わんぱく農園
今年も、稲作に挑戦しています。4月10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、そら豆など旬を迎える食材を取り入れました。食育の日にはくま組さんにそら豆のさやむきのお手伝いをしてもらいます。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。

ゴールデンウィーク明けの食卓を整えよう

連休明けは生活リズムが乱れがち。規則正しい三食と野菜たっぷりの食事ではリズムを取り戻しましょう。家族で食卓を囲む時間が子どもの心の安定をつくりまします。



【今月のポイント】

- ・連休後こそ朝食をしっかり
- ・夜更かし・夜食を控えよう
- ・家族で食卓を囲む時間を

<5月の連絡・お願い事項>

- 食育の日 19日(火)
 「色々な春野菜を味わいましょう」
 そら豆のさやとり(くま)5/19 実施
 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 26日(火)「プリンアラモード」



<わんぱく農園だより>

「種もみの選別、稲の種まき実施」

4月6日(月)に、卵と塩水を使って、稲の種もみの選別を行いました。水道水では沈んでいた卵が、塩を溶かすと浮いてきて子どもたちは大興奮でした。



4月10日(金) 種まき
 稲の種まき (3・4・5歳児)

今年は幼児各クラスが自分たちで話し合っって下記の野菜を育てていくことに決めました。

- うさぎ組 (かぶ、スイカ)
- くま組 (リーフレタス、スイカ)
- ぞう組 (オクラ、とうもろこし)

ポットにまける種は種まきを行いました。

「芽が出た！」と目を輝かせる子どもたちの姿は毎年変わらぬ宝物です。自分で育てた野菜は不思議と「食べてみたい」という気持ちになります。



芽が出ました

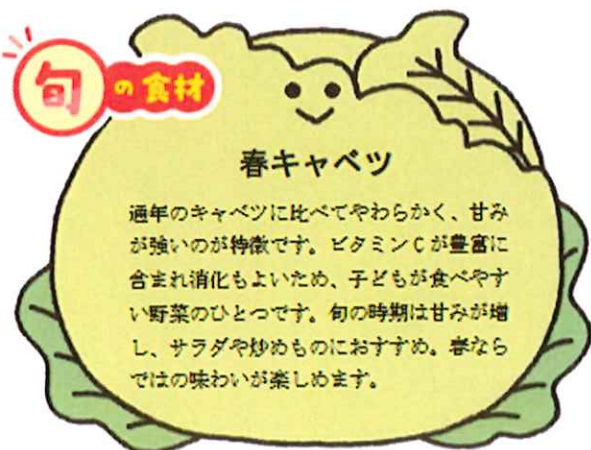
<5月の予定>

- ・野菜苗植え
- ・田植え
- ・さつま芋苗植え付け



「いただきます・ごちそうさま」のあいさつをしよう

食事の始まりと終わりにするあいさつは、命をいただくこと、食事作りに関わった人への感謝の気持ちが込められています。食事の時間の区切りをつけるためにも、あいさつを心がけましょう。

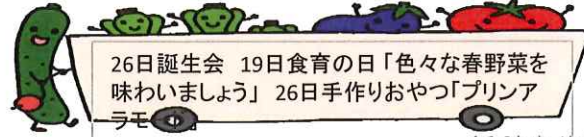


春キャベツ

通年のキャベツに比べてやわらかく、甘みが強いのが特徴です。ビタミンCが豊富に含まれ消化もよいため、子どもが食べやすい野菜のひとつです。旬の時期は甘みが増し、サラダや炒めものにおすすめ。春ならではの味わいが楽しめます。

令和8年
5月

こんだてびょう



26日誕生会 19日食育の日「色々な春野菜を
味わいましょう」26日手作りおやつ「プリンア
ラモ」

令和8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		かや体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	金	ポーロ 麦茶	ごはん	照焼ハンバーグ キャベツのごま酢あえ みそ汁(玉ねぎ・ふ)	☆ミルクプリン 星たべよ 牛乳	米 片栗粉 砂糖 ごま ぶ	豚肉 豆乳 みそ 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参
2	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ 浅漬け みそ汁(わかめ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油	鶏肉 牛乳 みそ	大根 きゅうり レモン わかめ ねぎ しょうが
7	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	カレー うどん	カレーうどん グリーンサラダ ヨーグルト	☆ツナ昆布ごはん 牛乳	うどん マヨネーズ 砂糖 片 栗粉 油 米	鶏肉 ツナ ヨーグルト 牛乳	人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ きゅうり コーン こんぶ
8	金	ポーロ 麦茶	ごはん	鮭のパン粉焼き ブロッコリーのごまマヨネーズ みそ汁(あげ・大根)	☆いももち のむヨーグルト	米 パン粉 油 砂糖 マヨネーズ ごま じゃがいも 片栗粉	鮭 ツナ のむヨーグルト みそ 油あげ	にんにく ブロッコリー きゅうり 人参 大根
9	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のトマト煮込み もやしドレッシング和え スープ(ねぎ・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	鶏肉 牛乳	玉ねぎ トマト グリーンピース もやし きゅうり わかめ ねぎ
11	月	星たべよ 麦茶	ごはん	かじきの煮魚 ひじきサラダ みそ汁(大根・なめこ)	☆ナポリタン 牛乳	米 砂糖 油 スパゲティ	かじき鮪 ツナ みそ ウィンナー 牛乳	生姜 ひじき もやし きゅうり 人参 なめこ 大根 ビーマン 玉ねぎ
12	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉の香味揚げ キャベツとコーンのサラダ スープ(わかめ・えのき)	☆カルピスゼリー アンパンマンソフトせん 牛乳	油 片栗粉 砂糖 米	鶏肉 牛乳	キャベツ きゅうり しょうが にん にく 青のり コーン えのき茸 みかん缶 わ かめ
13	水	みかん缶 麦茶	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁(キャベツ・もやし)	☆きな粉サンド 牛乳	米 砂糖 パン マーガリン	豚肉 みそ 牛乳 きな粉	玉ねぎ ビーマン きゅうり 人参 わかめ みかん キャベツ もやし
14	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	食パン	ポークシチュー キャベツときゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	☆おおかごまごはん 牛乳	パン じゃがいも 油 バター 小麦粉 砂糖 米 ごま	豚肉 糸けつり 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト グリーンピース キャベツ きゅうり バナナ
15	金	ポーロ 麦茶	ごはん	鶏肉の治部煮 ほうれん草の納豆和え みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ)	☆バナナケーキ 牛乳	米 砂糖 小麦粉 じゃがいも 油 ホットケーキの素	鶏肉 納豆 糸けつり みそ 豆乳 牛乳	ほうれん草 人参 玉ねぎ パナ ナ
16	土	セレクト 麦茶	ごはん	肉野菜炒め 浅漬け(大根・きゅうり) みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 油 片栗粉 ふ	豚肉 みそ 牛乳	キャベツ 玉ねぎ ビーマン 大根 きゅうり ねぎ
18	月	星たべよ 麦茶	ごはん	キーマカレー(トマト入り) すき昆布の炒め煮 ゼリー	☆みたらしまカロニ 牛乳	米 じゃがいも 油 マカロニ 砂糖 片栗粉	豚肉 牛乳 ちくわ	玉ねぎ 人参 トマト グリーンピース すき昆布
19	火	たべっこbaby 麦茶	うどん	新玉ねぎとそら豆のかき揚げ 春キャベツのサラダ すまし汁(かまぼこ・あさつき)	☆なめ茸ごはん 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 米	ウィンナー 魚肉ソーセージ かまぼこ 牛乳 ツナ	そら豆 玉ねぎ 人参 なめ茸 キャベツ きゅうり あさつき
20	水	みかん缶 麦茶	食パン	マカロニミートグラタン ほうれん草のサラダ スープ(もやし・わかめ)	☆鮭ごはん 牛乳	パン マカロニ バター 油 小麦粉 砂糖 米	豚肉 粉チーズ ツナ 鮭 牛乳	ほうれん草 人参 もやし わか め みかん きゅうり 玉ねぎ にんにく トマト
21	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	かれのいのごまだれ焼き コールスロー みそ汁(豆腐・玉ねぎ)	☆豆腐入りチュロス風 牛乳	米 油 砂糖 ごま ホット ケーキの素	むきかれのい 魚肉ソーセー ジ みそ 豆腐 牛乳	キャベツ 人参 玉ねぎ
22	金	ポーロ 麦茶	ごはん	ブルコギ 海藻サラダ コーンスープ(中華風)	ベピーチーズ サッポロポテト のむヨーグルト	米 砂糖 油 ごま 片栗粉	豚肉 ツナ チーズ のむヨーグルト	にんにく 人参 もやし ビーマン きゅうり ひじき わかめ ねぎ コーン
23	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・わかめ)	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 塩こんぶ わかめ ねぎ
25	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉と豆腐の甘辛煮 もやしのナムル みそ汁(なめこ・ねぎ)	☆パウンドケーキ 牛乳	米 油 砂糖 ごま ホットケーキの素 バター	豚肉 豆腐 魚肉ソーセー ジ みそ スキムミルク 牛 乳	玉ねぎ 人参 グリンピース もやし きゅうり なめこ ねぎ
26	火	たべっこbaby 麦茶	ピラフ(ウイ ンナー)	ささみフィンガーフライ フレンチサラダ スープ(わかめ・玉ねぎ)	☆プリンアラモード 牛乳	米 油 バター クリーム 小麦粉 パン粉 砂糖	ウィンナー 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり みかん レーズン わかめ パイン
27	水	みかん缶 麦茶	ごはん	鶏肉のカレー風味炒め お浸し(キャベツ・人参) みそ汁(あげ・じゃがいも)	☆シュガースティックバイ 牛乳	米 油 マヨネーズ じゃがいも バイシート 砂糖	鶏肉 糸けつり みそ 油あげ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 みかん
28	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	さばの照り焼き 人参のごま和え みそ汁(小松菜・ねぎ)	☆バイナップルケーキ 牛乳	米 油 じゃがいも ごま 砂糖 ホットケーキの素	さば みそ 豆乳 牛乳	人参 ねぎ 小松菜 バイナップ ル
29	金	ポーロ 麦茶	ごはん	豆腐と豚肉のチャンプル 春雨の中華風サラダ みそ汁(玉ねぎ・えのき)	いちごヨーグルト 豆花クッキー 牛乳	米 油 砂糖 春雨	豆腐 豚肉 魚肉ソーセー ジ みそ 牛乳 ヨーグルト	人参 もやし 生姜 さやいんげん きゅうり 玉ねぎ えのき茸
30	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉の甘辛煮 お浸し(もやし・きゅうり) みそ汁(ふ・大根)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ぶ	鶏肉 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ ビーマン もやし きゅうり 人参 大根

平均 乳児食(基準献立)エネルギー435kcal たんぱく質16.6g 脂質14.1g 塩分1.4g
栄養価 幼児食(基準献立)エネルギー529kcal たんぱく質21.5g 脂質17.3g 塩分1.7g

・☆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8年5月

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