



いよいよ今年度も残りわずかになりました。来年度へ向け少しずつ準備をしながら、残りの日々も楽しく過ごしていきたいと思います。

子どもたちが行事を含めこの一年を無事にご送ることができたのも、保護者の皆様方の温かいご理解とご協力があったることと深く感謝申し上げます。

一年間ありがとうございました。

1	金	雛祭り会 おこしもち作り
2	土	クラス懇談会
3	日	
4	月	いちご動物園（父母会主催）
5	火	安全生活指導
6	水	英語教室
7	木	絵画教室
8	金	体育教室（薔薇組も）
9	土	
10	日	
11	月	絵画教室
12	火	避難訓練 お別れ遠足（紫陽花組）
13	水	英語教室
14	木	誕生会 サイエンスショー（幼児）
15	金	体育教室（薔薇組も） （紫陽花組 公開体育教室）

16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	春分の日
21	木	
22	金	お別れ会
23	土	卒園式（保育は 13 時まで）
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	新年度準備の為保育は 15 時まで
31	日	

李組

- 簡単な身の回りのことに挑戦し、意欲を深める。
- 自分の好きな遊びを見つけて、集中したり保育士や友だちとの関わりをたのしんだりする。

桃組

- 異年齢児と関わる中で薔薇組に進級することを知り、期待を持とうとする。
- 好きな玩具で遊ぶ中で、異年齢児との関わりを積極的に楽しもうとする。

薔薇組

- 進級することに期待感を持って過ごす。
- 友達と遊ぶ中で気持ちを表現し、相手に伝えようとする。

桜組

- 自分でできることに自信を持ち、進級に期待を持って生活する。
- 季節の移り変わりを感じながら、戸外で遊ぶ。

向日葵組

- 友達と思いや考えを伝え合い、共通の見通しを持って取り組む。
- 春の自然に触れ、日差しの暖かさを感じながら戸外でのびのびと遊ぶ。

紫陽花組

- 就学への期待を感じながら、感謝の気持ちを持って園生活を過ごす。
- 友達との関わりをより深め、お互いの成長を認めながら遊ぶ。



園からのお願い

- 新年度用品のお渡しは、18日（月）・19日（火）となります。
- 23日（土）は卒園式の為、保育は13時までとなります。
- 30日（土）は新年度準備の為、保育は15時までとさせていただきます。ご理解・ご協力の程、よろしくお願い致します



今月の歌

♪ ちょうちょ
♪ ともだち賛歌
元気に歌おうね！



令和5年度
依佐美
清涼保育園

今年度も残すところ1か月となりました。寒さが和らぎ、暖かい春を迎えられそうです。卒園、進級を控えた子ども達は、希望に胸を膨らませている様子です。今月は雛祭りのイベントがあります。より楽しく過ごすために、雛祭りにまつわる話を紹介したいと思います。



3月3日

桃の節句『雛祭り』



雛祭りは雛人形を飾り、女の子の健康と幸せを祈る日です。江戸時代から飾られるようになり、娘のために雛人形を飾ってお祭りすることがみんなの憧れとなり、『雛祭り』と呼ばれるようになったと言われています。女の子の行事に思いますが、元々は『上巳の節句』『桃の節句』といい、年齢や性別を問わず幸せを願う行事でした。男の子でも『桃の節句』としてお祝いして、文化を伝えていきましょう。

はまぐりのお吸い物の意味

はまぐりの2枚の殻は対になっている貝以外とは、
絶対にかみ合わない

夫婦の仲を表す

将来良い夫婦になれるようにとの願いをこめて、雛祭りに食べられるようになりました。



菱餅の意味

赤色…太陽の色に通じ、魔除け

白色…清浄・純白の雪

緑色…生命力の強いヨモギ、厄払い



旬の食材「伊予柑」「不知火（デコポン）」の違い

伊予柑



- ・ヘタの周りが出っ張っていない
- ・甘味、酸味のバランスが良い
- ・手で剥けるが力がある

不知火（デコポン）



- ・ヘタの周りが出っ張っている
- ・糖度が高く、濃厚な味
- ・ヘタの出っ張りから簡単に剥ける



3月1日(金)

雛祭り会特別食

3月14日(木)

誕生会特別食

3月21日(木)

お茶会(紫陽花組)

2月の食育活動

・ブロッコリーの収穫(紫陽花組)

→ゆかり和えにして頂きました!

・にんじんスープ作り(桜組)

→あおいパークで収穫してきた
人参を使ってクッキング!



☆1年間の食事を振り返りましょう☆

今年度も楽しく・美味しく食べる経験をたくさん積み重ねてきました。特に今年は園の畑でたくさんの野菜を収穫することができ、旬の野菜に触れる経験を通して、それぞれの食材が持つ美味しさや四季の移り変わりを感じることができたのではないかと思います。子ども達は美味しいものを食べる力だけではなく、五感をしっかりと使った食べ方が必要です。楽しい経験は、五感を育て食欲を育てます。それには生活全体での働きかけが重要です。食べる意欲の大切さを毎日の生活を通して伝えていきたいですね。ぜひおうちでも1年間の食事を振り返ってみましょう。



今月のおすすめレシピ 高野豆腐と落の煮物



〈材料〉

- ・高野豆腐 40g
- ・落 70g
- ・人参 70g
- ・干し椎茸 3g(1~2枚)
- ・かつお出汁 100g
- ・醤油 大さじ1/2
- ・みりん 大さじ1/2
- ・砂糖 大さじ1/2

〈作り方〉

1. 干し椎茸は水で戻して薄切り、人参は5mm厚さの銀杏切り、落はすじを取って2cm長さに切る。
2. 高野豆腐は水で戻して水気を搾り、一口大に切る。
3. 鍋に人参、干し椎茸、かつお出汁、調味料を加えて煮る。
4. 煮立ったら高野豆腐も加え、オーブンシートなどで落し蓋をして煮含める。
5. 人参が柔らかくなったら出来上がり!

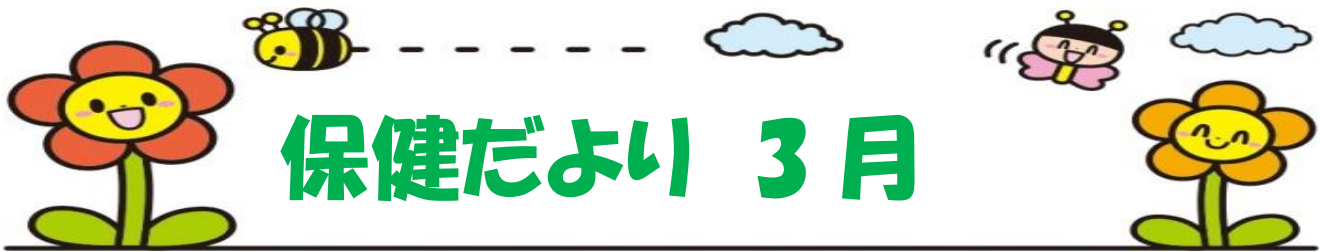


2023年度 3月給食献立表



日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつの材料
1	金	鮭のちらし寿司 けんちん汁	精白米 酢 三温糖 鮭フレーク 鶏卵 人参 鞘豌豆 刻み海苔 鶏むね肉 木綿豆腐 里芋 大根 人参 葱 かつお出汁 醤油 食塩	1	金	おこしもち 乳児:あられ 牛乳	上新粉 ちなし 抹茶 トマトジュース 醤油 三温糖 あられ 普通牛乳
2	土	味噌ラーメン 小魚スナック バナナ	中華めん 豚もも肉 キャベツ 人参 もやし コーン缶詰 かつお昆布出汁 鶏がら出汁 味噌 料理酒 ごま油 小魚スナック バナナ	2	土	ジャムサンド 30日:せんべい 牛乳	いちごジャム 食パン せんべい 普通牛乳
4	月	ビビンバ★ 春雨サラダ★	精白米 豚挽き肉 生姜 にんにく 醤油 三温糖 料理酒 大豆もやし 人参 青ピーマン ごま油 いりごま 食塩 醤油 春雨 人参 水菜 ひじき まぐろ水煮缶詰 醤油 酢	4	月	フルーツポンチ★ 牛乳	バナナ みかん缶詰 もも缶詰 バイン缶詰 林檎 普通牛乳
5	火	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 菜の花サラダ	精白米 厚揚げ 豚もも肉 人参 椎茸 玉ねぎ かつお出汁 醤油 片栗粉 なばな もやし コーン缶詰粒 醤油 酢 調合油	5	火	おかかおにぎり★ 21日:ぼたもち 牛乳	かつお節 精白米 醤油 精白米 もち米 きな粉 三温糖 食塩 普通牛乳
6	水	食パン ジャーマンポテト★ カルシウムヨーグルト	食パン ウインナーソーセージ じゃが芋 玉ねぎ 人参 青ピーマン 食塩 カルシウムヨーグルト	6	水	せんべい 柑橘類 牛乳	せんべい 柑橘類 普通牛乳
7	木	ごはん 鶏肉と大根の煮物 納豆サラダ★	精白米 鶏むね肉 大根 人参 しめじ かつお出汁 醤油 みりん きざみ納豆 キャベツ 小松菜 コーン缶詰粒 醤油 マヨネーズ	7	木	じゃこチーズトースト★ 牛乳	しらす干し ビザチーズ 刻み海苔 食パン 普通牛乳
8	金	ごはん 鰯の照り焼き 切干大根の煮物	精白米 鰯 醤油 みりん 切干大根 人参 油揚げ 干椎茸 鞘隠元 かつお出汁 醤油 みりん	8	金	スナックパン★ 牛乳	スナックパン 普通牛乳
9	土	炊き込みご飯 具沢山味噌汁	精白米 鶏挽肉 油揚げ 人参 しめじ かつお出汁 醤油 みりん 厚揚げ じゃが芋 人参 キャベツ えのき 葱 かつお出汁 味噌	9	土	ココアサンド 牛乳	純ココア 普通牛乳 コーンスターチ 三温糖 食パン 普通牛乳
11	月	ドライ豆カレー★ ひじきのミルキーサラダ★	精白米 豚挽き肉 大豆水煮缶詰 玉ねぎ 人参 青ピーマン カレー粉 ウスターソース 醤油 ひじき キャベツ まぐろ水煮缶詰 コーン缶詰粒 人参 マヨネーズ 醤油	11	月	スイートポテト★ 25日:鬼饅頭★ 牛乳	薩摩芋 普通牛乳 有塩バター 三温糖 薩摩芋 白玉粉 薄力粉 三温糖 普通牛乳
12	火	ごはん 鰯の竜田揚げ★ 高野豆腐と蒟の煮物	精白米 鰯 生姜 醤油 料理酒 片栗粉 調合油 高野豆腐 蒟 人参 干椎茸 かつお出汁 醤油 三温糖 みりん	12	火	マカロニかりんとう★ 牛乳	マカロニ 黒砂糖 調合油 普通牛乳
13	水	ロールパン ミネストローネ★ カルシウムヨーグルト	ロールパン 鶏むね肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 キャベツ じゃが芋 トマトダイス缶詰 ケチャップ にんにく ウスターソース カルシウムヨーグルト	13	水	ビスケット 柑橘類 牛乳	ビスケット 柑橘類 普通牛乳
14	木	ごはん 鶏の唐揚げ ポテトサラダ	精白米 鶏むね肉 片栗粉 醤油 にんにく 調合油 じゃが芋 人参 ブロッコリー まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ	14	木	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップ いちご 普通牛乳
15	金	ごはん 薩摩芋と豚肉の煮物★ なめことめかぶのじゃこ和え★	精白米 豚もも肉 生姜 薩摩芋 人参 しめじ かつお出汁 醤油 みりん なめこ 絹ごし豆腐 めかぶ しらす干し ゆかり	15	金	水羊羹★ 牛乳	こしあん 三温糖 粉寒天 普通牛乳
29	金	ごはん 焼売★ 白菜の中華スープ	精白米 豚挽き肉 玉ねぎ 干椎茸 生姜 醤油 料理酒 片栗粉 キャベツ 白菜 人参 えのき コーン缶詰粒 カットわかめ 鶏がら出汁 かつお昆布出汁 食塩	29	金	豆乳葛餅★ 牛乳	調整豆乳 三温糖 くず粉 きな粉 食塩 普通牛乳

★マークのついた献立は、年長さんがリクエストした献立です。



保健だより 3月

依佐美清涼保育園

今年度も残すところ後一か月となりました。園での保健行事や、体調不良・負傷時の対応へのご理解とご協力ありがとうございました。



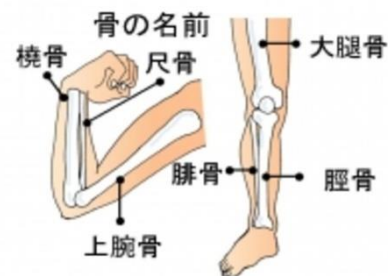
子どもの骨は大人とはいろいろな点で異なることが多く、特に子どもの骨は成長しています。子どもは走り回っているうちに転んだりぶついたりすることで骨折することがあります。そこで、今回は子どもの骨折について説明します。

■鎖骨骨折

原因：肩を打つことで起こる

症状：鎖骨の部分の腫れと変形、押さえると痛い

治療：包帯で3週間ほど固定する



■上腕骨骨折

上腕でも肘に近い部分の骨折が多く、痛み、色が悪い、麻痺、脈が触れない、皮膚がヒリヒリして虫がはっている感覚があれば、血管と神経の損傷が疑われるので、すぐに整形外科を受診しましょう。

原因：手や肘をついてこける、肩を打つ

症状：上腕部分の腫れ、変形、触ると痛い

治療：包帯やギプスで固定。その上で、三角巾で動かないようにする



■前腕骨骨折

骨折と肘や手の脱臼を合併することがあります。橈骨（とうこつ）も尺骨（しゃくこつ）も骨折し、橈骨骨折に尺骨脱臼、尺骨骨折に橈骨脱臼を起こしやすいです。

特に、尺骨だけ骨折する時は棒で叩かれたり、喧嘩の時に多いです。

治療：ギプスで固定しても、2本の骨の関係が大事なので、定期的にX線で位置を確認し、変形を起こさないようにする

■手から指までの骨折

指や手のひらにある骨で、指の骨が実際の指より長かったり、変形や短くなったりするので、X線で骨折を確認し、変形を起こしやすい場合は、手術が必要になります。手や指を挟んだ、打撲時の痛みがなかなか引かない、腫れがひどい、指を曲げると痛い場合は、整形外科を受診しましょう。



今年度は、園の内外合わせて5件の骨折がありました。
だんだんと暖くなり外遊びも増えていきます。園でも今まで以上に気を付けていきたいと思います。