



園だより

東神の倉清涼保育園



1	水	安全生活指導週間	英語教室
2	木	運動会総合練習①	
3	金		絵画教室
4	土		
5	日		
6	月		
7	火		体育教室(幼児)
8	水		
9	木		
10	金	運動会総合練習②	
11	土	運動会(神の倉小学校)	
12	日		
13	月	スポーツの日	
14	火	安全生活指導週間	体育教室(檸檬・幼児)
15	水		英語教室
16	木		
17	金		絵画教室
18	土		
19	日		
20	月		
21	火	避難訓練	体育教室(幼児)
22	水		英語教室
23	木	芋掘り	
24	金		絵画教室
25	土		
26	日		
27	月		
28	火		体育教室(檸檬・幼児)
29	水		英語教室
30	木	誕生会	
31	金		

運動会について

11日(土)に神の倉小学校にて運動会を予定しております。天候によっては体育館で行いますが、会場内の混雑が予想されます。譲り合ってくださいようお願いいたします。

長かった残暑もようやく終わり、秋らしく気持ちのいい風が吹き抜けるようになりました。子ども達も秋空の下、園庭に出て鬼ごっこや電車遊びなどをして楽しんでいます。

幼児クラスのみなは公園まで出かけ、かけっこやリレー遊びも楽しく行っています。公園ではどんぐりを拾い、落ち葉をカサカサと踏んで秋の訪れも感じたようです。

楽しみにしている運動会が終わると、芋掘りや11月には遠足もあります。たくさん遊んで、たくさんの経験、発見をしてほしいと思います。

今月の歌



♪おいもごろごろ
♪まつぼっくり
♪運動会の歌

来月の予定

- ・6日(木) 3・4・5歳児遠足
豊橋総合動植物公園
(雨天時は変更あり)
- 13日(木) 0・1・2歳児遠足
神の倉清涼保育園 園庭
- ・12日(水) 芋ほり予備日
- ・4日(火)～14日(金) 3・4・5歳児個人懇談
- 17日(月)～28日(金) 0・1・2歳児個人懇談
- ・27日(木) 11月誕生会
- ・29日(土) 檸檬組参観試食会

9月1日防災の日では、保育園に備蓄してある災害食を見たり、実際にカセットコンロを使用してカレーライスを作ることができ、災害が起きた時のご飯はどうしたら良いか知る機会になったかと思います。子ども達は一生懸命に話を聞いて、災害食を作ってくれました。

また、蜜柑組、葡萄組では子ども達が作りたがっていたおやつのカッキングを行うことが出来ました。

食育の様子



防災食を知ろう、作ってみよう



幼児3クラスで、給食室の火が使えなくなった時でもカレーが作れるという事を知る為、教室でカレー作りを行いました。野菜はいつもよりも小さく切り、火を通りやすくして、生肉ではなく、ツナ缶を使用しました。缶詰は、日持ちするのと、そのまますぐ食べる事ができるので災害時に重要な食材です。



ジップロックに、人参、じゃが芋、玉葱、ツナ缶、カレーウ、水を入れチャックをし、沸騰して少し弱めたところに 30~40 分程度湯煎します。各グループ役割を決めて協力しながら作ってくれました。



同時にアルファーマイも作成しました。

出来上がったカレーはいつもと少し違いますが、子ども達は大喜びで食べてくれました。

どら焼き作り (蜜柑組)



運動会でドラえものの曲を踊る蜜柑組の子ども達と、どら焼き作りを行いました。



ドラえものの大好きなどら焼きを皆で作ることが出来たので、運動会がもっと楽しになった様子でした。

アイスクリーム作り (葡萄組)



本で見てずっと作ってみたいだったアイスを作る事が出来ました。塩と氷で作るミルクアイスと、冷凍フルーツをミキサーで砕く苺アイスの二つ作成しました。いつも冷凍庫にあるアイスを園で作り、出来立てを食べる事が出来て子ども達は大満足でした。



10 月の予定・行事食

10月6日(月) 十五夜 お月見団子作り(林檎組)、お月見おやつ(団子風たまごボーロ)

10月10日(金) 運動会がんばれおやつ

10月31日(金) ハロウィンメニュー





2025年度

10月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる
1 ・ 17	水 ・ 金	ごはん 家常豆腐 根菜の胡麻和え	焼きそば 牛乳	生揚げ・ぶたもも 普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉 中華麺・ごま油・すりごま	たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ きくらげ・だいこん・れんこん・こまつな・キャベツ・青ピーマン
2 ・ 16	木	ロールパン 薩摩芋の豆乳スープ カルシウムヨーグルト	せんべい 柿 牛乳	鶏むね・赤色辛みそ 調整豆乳・普通牛乳 カルシウムヨーグルト	ロールパン・さつまいも 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・こまつな ぶなしめじ・かき
3 ・ 20	金 ・ 月	ごはん 石狩鍋 切干大根と水菜のサラダ	あんトースト 牛乳	さけ・木綿豆腐・赤色辛みそ・まぐろ水煮缶詰・こしあん・普通牛乳	精白米・すりごま・食パン 無塩バター	だいこん・にんじん・ぶなしめじ・長ねぎ・コーン缶詰粒・切干しだいこん・きょうな
4 ・ 25	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	ぶたもも・煮干し 普通牛乳	中華めん・食パン・ごま油	にんじん・りよくとうもやし キャベツ・きくらげ バナナ・いちごジャム
6	月	里芋ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	お月見おやつ 牛乳	若鶏むね・さば・油揚げ・絹ごし豆腐 練乳・普通牛乳	精白米・さといも水煮・三温糖・片栗粉・粉糖 薄力粉	ぶなしめじ・チンゲンサイ・キャベツ・にんじん
7 ・ 23	火 ・ 木	食パン スラッピージョー カルシウムヨーグルト	ビスケット 柿 牛乳	豚ひき肉・普通牛乳 カルシウムヨーグルト	食パン・じゃが芋 ビスケット	たまねぎ・にんじん・青ピーマン トマトケチャップ・かき
8 ・ 22	水	ごはん 豚肉と大根の煮物 キャベツの塩昆布和え	8日:スナックパン 22日:黒糖わらび餅 牛乳	豚もも・黄粉 普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉・黒砂糖・スナックパン	だいこん・にんじん・乾しいたけ・キャベツ・りよくとうもやし・塩昆布
9 ・ 24	木 ・ 金	ごはん 鶏の照り焼き キャベツのソテー 澄まし汁	揚げパン 牛乳	若鶏むね・普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖 いりごま・調合油 ロールパン・グラニュー糖	キャベツ・たまねぎ・乾わかめ にんじん・えのきたけ・あさつき
10 ・ 31	金	キノコとほうれん草のカレー ひじきのミルキーサラダ	10日:運動会がんばれおやつ 31日:ハロウィンおやつ 牛乳	鶏ひき肉・まぐろ水煮缶 鶏卵・普通牛乳 豆乳ホイップクリーム	精白米・カレールウ マヨネーズ・薄力粉 三温糖・調合油・粉糖 バター・コーンスターチ	ほうれん草・乾ひじき・たまねぎ くりかぼちゃ・ぶなしめじ・にんじん まいたけ・エリンギ・きゃべつ 生シイタケ・コーン缶詰粒粒 レーズン・紫芋パウダー・南瓜パウダー
14 ・ 28	火	麻婆丼 もやしのナムル	フルーツボンチ 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 豆みそ 普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉 いりごま・ごま油	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ にら・りよくとうもやし・青ピーマン パイナップル缶・バナナ・みかん缶 白桃缶
15 ・ 27	水 ・ 月	ごはん 筑前煮 小松菜のじゃこサラダ	マカロニ黄粉 牛乳	若鶏むね・しらす干し 黄粉・普通牛乳	精白米・調合油・さといも 三温糖・マカロニ	れんこん・大根・にんじん・ごぼう 乾しいたけ・こまつな・りよくとうもやし
18	土	きのこの炊き込みご飯 里芋の味噌汁	黄粉サンド 牛乳	若鶏むね・生揚げ 豆みそ・普通牛乳 黄粉・調整豆乳	精白米・さといも・食パン 三温糖	人参・ぶなしめじ・えのきたけ 塩昆布・長ネギ
21	火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 春雨サラダ	夕焼けおにぎり 牛乳	生揚げ・ぶたもも・豆みそ・まぐろ水煮缶詰・しらす干し・普通牛乳	精白米・調合油・三温糖・はるさめ・いりごま	りよくとうもやし・にら・キャベツ 人参・きょうな・乾ひじき・焼きのり
29	水	ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	スナックパン 牛乳	鯖・油揚げ・普通牛乳	精白米・すりごま・三温糖 スナックパン	青梗菜・きゃべつ・人参
30	木	ごはん 蓮根ハンバーグ ポテトサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐・まぐろ水煮缶詰 豆乳ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖 じゃがいも マヨネーズ・ロールケーキ	たまねぎ・れんこん・にんじん・ブロッコリー・りんご





10月ほけんだより

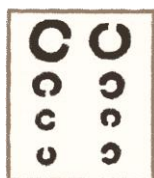
認定こども園 神の倉清涼保育園

暑さでなかなか外に出られなかった夏も終わり、秋になってこども達が元気いっぱい外で遊ぶ姿がみられるようになりました。10月にはこども達が心待ちにしている運動会があります。保育園では運動会の曲に合わせて踊ったり、かけっこをしたりたくさん体を動かして汗をかくのでいきなり厚着にはせず、調整できる着替えがあると良いでしょう。

10月10日は 目の愛護デー



こどもの目の機能（視力など）は生後すぐから3歳までに急速に発達し、6～8歳くらいまでにほぼ完成します。ところがこの時期に視力を妨げる要因があると視力の発達が停止し、一生涯眼鏡をかけてもコンタクトレンズを使用しても十分な視力が得られません。これを「弱視」と言い約50人に1人程度いるといわれています。弱視を防ぐため名古屋市では3歳児健診で屈折検査を行い弱視の発見につとめています。特に片目だけの弱視は発見が難しいのですが屈折検査機器なら生後6ヵ月以後であれば一瞬で検査をすることができます。なるべく早く発見してすぐに治療を始めることでかなり視力が回復すると言われています。また目が内側や外側、上下に寄ってしまう斜視も弱視の原因になりますので、気づいたら放っておかず眼科にいつてお子さんの目を診てもらいましょう。最近はスマホを長時間見ること内斜視になるこどもが増えているそうです。弱視の原因を作らないことも大切ですね。



お風呂での注意

こどもの皮膚はとてもデリケートです。大人が気持ちよく感じるお湯の温度でも、こどもには熱過ぎることがあります。また、熱過ぎるお湯に長時間浸かると、皮膚の表面の脂が洗い流されて肌が乾燥しやすくなり、かゆみの原因にもなります。38～40℃を目安としたぬるめの温度設定にしましょう。



吐いた時は…

こどもは少しの刺激でも吐くことがあります。吐いた時は嘔吐物が気道に詰まって窒息しないよう、こどもの頭と体を横に向けて寝かせます。次に、口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認することで受診する時に、しっかり伝えられるようにしましょう。その後、体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックします。うがいができる年齢のこどもなら、うがいをさせ、衣服が汚れていたら取り替えてあげましょう。水分補給は吐き気が治まるまでは控え、こどもが水分を欲しがらうなら、経口補水液を少量ずつ飲ませてみましょう。

