

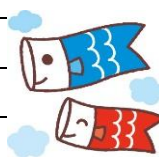


園だより

東神の倉清涼保育園



1	金	
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	国民の休日
5	火	こどもの日
6	水	振替休日
7	木	安全生活指導週間
8	金	
9	土	春の親子遠足(農業センター)
10	日	
11	月	絵画教室
12	火	体育教室(檸檬・幼児)
13	水	英語教室
14	木	園外保育/名古屋市科学館(林檎組)
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	絵画教室
19	火	体育教室(幼児)
20	水	英語教室
21	木	
22	金	
23	土	避難訓練
24	日	
25	月	絵画教室
26	火	体育教室(檸檬・幼児)
27	水	英語教室
28	木	
29	金	誕生会
30	土	
31	日	



新緑のまぶしい季節となり、園庭にもさわやかな風が吹き抜けるようになりました。新年度が始まって1か月、子どもたちは少しずつ園での生活リズムに慣れ、好きな遊びを見つたり、友だちとの関わりを楽しんだりする姿が増えてきました。

5月は戸外で過ごしやすい時期でもあり、自然の変化に気づいたり、身体を大きく動かしたりと、子どもたちの成長がますます楽しみになる季節です。気温差のある日もありますので、衣服の調節や体調面に気を配りながら、引き続き安心して過ごせる環境づくりに努めてまいります。

お知らせ

- ・9日(土)親子遠足は農業センターで行います。
- ・14日(木)は林檎組が名古屋市科学館へ出かけます。

今月の歌



来月の予定

- 13日(土) 保育参観(蜜柑・葡萄・林檎組)
- 19日(木) 内科検診(午後)
- 25日(木) 歯科検診(10:30~)
- 26日(木) 誕生会





4月は新しい環境になり、慣れない環境でも少しずつ楽しい事が増え、様々なことが新鮮でわくわくした様子で過ごしていました。給食を食べる様子を見ていると、去年よりも食べられるものが増えていて、「全部食べたよ。」と見せてくれたり、「食べれるようになったよ！」と教えてくれました。

4月の食育は、おやつに出る“空豆”に合わせて『そらまめくんのベッド』の絵本を読み、実際に空豆を観察しました。園庭で収穫出来たスナッフ豌豆の鞘取りもすることが出来ました。



食育の様子

～空豆、スナッフ豌豆の鞘取り～

空豆



スナッフ豌豆



幼児クラスではおやつに出る空豆の鞘取りをお手伝いしてくれました。初めは鞘を割るのに力がいり、難しそうにしていたのですが、段々慣れてきて、「もう一回やりたい！」とたくさん鞘取りしてくれました。

園庭で育てているスナッフ豌豆を林檎組と葡萄組が収穫してくれて、次の日の給食のサラダに入れました。朝来ていた子ども達が、鞘取りのお手伝いをしてくれました。

「スナッフ豌豆大好き！」と鞘取りをしながら、給食に出るのを楽しみにしてくれていました。

今日の献立 pick up★

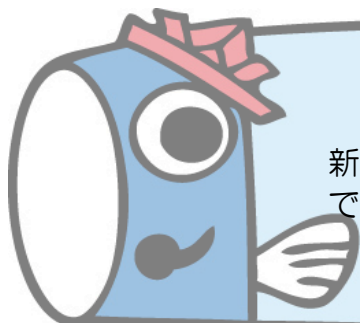
えんどう 豌豆



5月はえんどう豆を取り入れた献立が出ます。スナッフ豌豆は柔らかい鞘の部分と中の豆を両方食べる事ができ、えんどう豆は、豆が大きくなるまで成熟させるため、皮が硬く、中の豆の部分のみを食べます。同じ豌豆という豆ですが、食べる部分、収穫時期で呼び方が異なります。“スナッフ豌豆のじゃこサラダ”や“えんどう豆と新じゃがのサラダ”が献立に出ますので、違いを楽しんでもらえたらと思います。

5月の献立で使用する食材について

5月から**筍**、**えんどう豆**、**鰯**、**メロン**が出てきます。新入園児の方は、初めて食べるものがあるかと思うので、一度お家で試していただきますよう、ご協力をお願いいたします。





2026年度

5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 ・ 22	金	食パン 鶏肉のカレーソテー カルシウムヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	鶏むね カルシウムヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃがいも ビスケット・調合油	たまねぎ・にんじん・青ピーマン バナナ・ぶなしめじ
2 ・ 23	土	じゃこ炒飯 若布スープ	ジャムサンド 牛乳	しらす干し・木綿豆腐 普通牛乳	精白米・調合油 食パン	こまつな・にんじん・ぶなしめじ カットわかめ・チンゲンサイ コーン缶詰粒・いちごジャム
7 ・ 19	木 ・ 火	ごはん 鱈の香味焼き 切干大根の煮物	スナックパン 牛乳	さわら・油揚げ・普通牛乳	精白米・ごま油 スナックパン	切干しいたけ・さやいんげん
8 ・ 18	金 ・ 月	ドライ豆カレー 豆苗ともやしのナムル	レーズン蒸しパン 牛乳	豚ひき肉・大豆水煮缶詰 鶏卵・普通牛乳	精白米・ごま油・いりごま 薄力粉・調合油・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 豆苗・緑豆もやし・レーズン
11	月	ごはん 厚揚げの土佐煮 小松菜の胡麻和え	じゃこごはんピザ 牛乳	生揚げ・鶏むね かつお節・しらす干し プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・すりごま	ごぼう・たけのこ水煮・にんじん スナッペンどう・こまつな りょくともやし・ぶなしめじ 焼きのり(刻み)
12 ・ 26	火	鶏牛蒡丼 スナック豌豆のじゃこサラダ	12日:クラッカー 26日:フルーツポンチ 牛乳	若鶏むね・しらす干し 普通牛乳	精白米・調合油 クラッカー	ごぼう・にんじん・ぶなしめじ さやいんげん・スナッペンどう キャベツ・みかん缶詰・黄桃缶 パインアップル缶・バナナ
13 ・ 27	水	ごはん 豚肉と筍の炒め煮 アスパラのおかか和え	ベイクドポテト 牛乳	ぶたもも・削り節 プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・三温糖・調合油 じゃがいも	たけのこ水煮・キャベツ にんじん・スナッペンどう アスパラガス・緑豆もやし
14 ・ 25	木 ・ 月	ごはん 鱈の竜田焼き ひじきサラダ	あんトースト 牛乳	あじ・まぐろ水煮缶詰 普通牛乳・こしあん	精白米・片栗粉・調合油 食パン・無塩バター	乾ひじき・キャベツ・にんじん スナッペンどう・コーン缶詰粒
15 ・ 28	金 ・ 木	ロールパン 鶏肉と春野菜のクリーム煮 カルシウムヨーグルト	せんべい バナナ 牛乳	鶏むね・普通牛乳 カルシウムヨーグルト	ロールパン・じゃがいも ホワイトシチュールウ 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・キャベツ アスパラガス・コーン缶・バナナ
16 ・ 30	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	ココアサンド 牛乳	ぶたもも・煮干し 普通牛乳	中華めん・ごま油 三温糖・食パン コーンスターチ	にんじん・りょくともやし キャベツ・きくらげ・バナナ
20	水	ごはん 蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌かけ 切干大根の納豆和え	マカロニココア 牛乳	鶏むね・赤色辛みそ かつお節・納豆・黄粉 普通牛乳	精白米・じゃがいも すりごま・片栗粉 三温糖・マカロニ	キャベツ・スナッペンどう 赤ピーマン・切干しいたけ アスパラガス
21	木	ごはん 炒り豆腐 えんどう豆と新じゃがのサラダ	若布おにぎり 牛乳	木綿豆腐・若鶏むね うぐいす豆・しらす干し マグロ水煮缶・普通牛乳	精白米・調合油 じゃがいも・いりごま	キャベツ・にんじん・乾しいたけ 乾わかめ・たまねぎ
29	金	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	若鶏むね・普通牛乳 プレーンヨーグルト まぐろ水煮缶詰 ホイップクリーム	精白米・じゃがいも マヨネーズ・ロールケーキ	にんじん・アスパラガス・メロン



5月ほけんだより

東神の倉清涼保育園

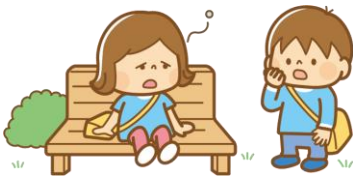
風薫る爽やかな季節がやってきました。過ごしやすい日が多いのですが、日中は気温が高くなり汗も沢山かくのでハンカチや着替えの用意をしておきましょう。元気に遊んだら家では十分な休息をとることが大切です。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もいやになります。大人でいう五月病に似ていますね。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・ のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・ たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・ 睡眠時間をしっかりとる
- ・ 3食しっかり食べる



若木骨折 (わかぎこっせつ)



普通、骨折といえばポキッと折れるか、ヒビが入るイメージがありますが、こどもの骨は柔らかく弾力性があるので、葉のついた若い木の枝のようにぐにやりと曲がってしまうことがあります。これを若木骨折といいます。若木骨折の初期はレントゲンでわかりにくく、医師でも判別がつかないことがあります。打撲だと思っていたのにあまりに痛みが続くので再度レントゲンを撮ると実は若木骨折だったとわかることがあります、注意が必要です。

水痘（水ぼうそう）

水痘は、水痘・帯状疱疹ウイルスによる感染力の強いウイルス性疾患です。発熱と全身の痒い水ぶくれが特徴です。ワクチンで予防もしくは重症化を防ぐことができます。（2014年より定期接種）また、発症後48時間以内の抗ウイルス薬投与も軽症化に効果的です。9歳以下の子どもがかかりやすいのですが、成人がかかると重症化しやすく、特に妊婦の初感染は流産・胎児への悪影響のリスクがあります。潜伏期間が10～21日と長く、突然の発熱・倦怠感の後1～2日で赤い虫刺されのようなぽつぽつができ、それが数日で水ぶくれになり最後はかさぶたになります。頭皮・顔→体幹→手足の順にできることが多く、痒みを伴います。非常に感染力が強く同じ部屋にいただけでも感染することがあるので、登園できるのはすべての水ぶくれがかさぶたになってからです。