



1	月	絵画教室
2	火	いちご動物園、入園説明会
3	水	雛祭り会 英語教室
4	木	
5	金	体操教室(薔薇組あり)
6	土	クラス懇談会
7	日	
8	月	絵画教室
9	火	安全生活指導
10	水	英語教室・リトミック
11	木	2月5日の振替え体操教室(薔薇組)
12	金	体操教室
13	土	
14	日	
15	月	絵画教室
16	火	避難訓練、買い物体験(紫陽花組)
17	水	
18	木	誕生会
19	金	体操教室(薔薇組あり)
20	土	春分の日
21	日	
22	月	絵画教室
23	火	
24	水	リトミック
25	木	
26	金	お別れ会
27	土	卒園式 保育は13時まで
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	新年度準備のため15時まで

春が近づき、日が少しずつ長くなってきました。園庭やテラス遊びをいつも以上に楽しんでいる子どもたちの姿が見られます。

今年度も残りわずかになりました。子どもたちの生活面での育ちをもう一度見つめなおして、一人ひとりに合った援助をし、自信と希望を持って進級出来るように見守っていききたいと思います。

この一年を無事に送ることができたのも、保護者の皆様方の温かいご協力とご理解があつての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。



お知らせ

◎3月の諸費は5日(金)に引き落とされます。

◎新年度用品のお渡しは、22日(月)・23日(火)です。

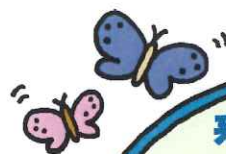
◎27日(土)は卒園式のため、0～4歳児クラスの保育は給食ありの13時降園となります。

◎31日(水)は新年度準備のため、おやつありの15時降園とさせていただきます。ご理解・ご協力をよろしくお願い致します。



新学期について

4月1日より新しいクラスでの通常保育です。保護者の方の参加はありません。よろしくお願い致します。



来月の予定

- 1日(木) 入園式
- 10日(土) 李・桃組試食会
- 17日(土) クラス懇談会
父母の会総会
- 27日(火) 誕生会



今月の歌

- ・はるがきた♪
- ・ちょうちょう♪





3月 給食だより

2020年度
依佐美清涼保育園

楽しい食事から育つもの...

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。楽しい体験は、五感を育て、食欲を育てます。それには生活全体を見通した食育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ましょう。

① 幼児期からの食事体験



② 家族そろっての楽しい食事



③ 規則的な生活リズムの確立



④ 快眠、快食、快便、自立生活



3月3日

「桃の節句」 ひな祭り



3月3日のひな祭りは、桃の花の時期であることから『桃の節句』ともいわれます。もともとは、中国から伝わってきた風習です。

中国では、3月最初の巳(み)の日におはらいする習慣があり身についた汚れを洗い流し身を清めて災いや病気を免れようとした。と言われています。

「ひしもち」のいわれ



色の順は、下から緑、白、桃色の3色。

ひしもちは昔、緑と桃色の部分に薬効成分のある「ヨモギ」と「クキナシ」の実が使われていました。桃色は「健康の祝い」、白色は「清浄の表し」、緑は「春先の芽吹き」から「もえる若草」のたとえと言われています。

2月の食育活動 向日葵組：味噌づくり



今月の予定



- 3月3日(水) おこし餅作り(幼児)
- 3月8日(月) クッキー作り(年長)
- 3月11日(木) お別れお茶会(年長)
- 3月16日(火) お買い物クッキング(年長)
- 3月18日(木) 誕生会特別食

おすすめレシピ 豆乳葛餅

材料 4~5人分

- ・豆乳 320ml
- ・くず粉 40g
- ・砂糖 15g
- ・きな粉 10g
- ・砂糖 10g
- ・塩 少々(0.5g)



年長さんで一番リクエストの多かったおやつです！牛乳でも美味しくできるのでぜひお家でもお試しください☆

作り方

- ① ★を混ぜ合わせておく
- ② 鍋にくず粉・砂糖と1/4量の豆乳を入れ、塊がなくなるまでしっかり溶かしたら、残りの豆乳を加えて火にかけ、木杓子で絶えず鍋の底からかき混ぜる
- ③ 底の方が固まってきたら火を弱め、全体がもったりとして透明感が出てきたら火を止める。
- ④ 水で表面を濡らした流し缶に流し入れ、表面を整える。
- ⑤ 粗熱が取れたら、しばらく冷蔵庫に入れておく。
- ⑥ 流し缶から取り出し、一人分ずつ切り分けて皿に盛り、上から①をかけてできあがり！



2020年度

3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 15 31	月 ・ 水	麻婆丼 春雨サラダ	ココアトースト★ (31日:せんべい) 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 豆味噌・まぐろ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉・はるさめ 食パン・せんべい ソフトマーガリン	たまねぎ・にら・にんじん 干しいたけ・水菜 乾ひじき
2 ・ 19	火 ・ 金	ごはん 鰯の利休焼き 切干大根の煮物	南瓜スナックパン 牛乳	あじ・赤色辛みそ 油揚げ・普通牛乳	精白米・いりごま スナックパン	切干大根・にんじん 干しいたけ・さやいんげん
3	水	ちらし寿司 けんちん汁	おこしもち (乳児:ひなあられ) 牛乳	鶏むね肉・普通牛乳 木綿豆腐	精白米・三温糖 上新粉・さといも ひなあられ	れんこん・にんじん・かんぴょう 干しいたけ・焼きのり トマトジュース・だいこん
4 17 29	木 水 月	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 菜の花和え	スイートポテト★ (17日:ぼたもち) 牛乳	生揚げ・ぶたもも 普通牛乳・きな粉	片栗粉・さつまいも 三温糖・有塩バター もち米	にんじん・にら・干しいたけ たまねぎ・なばな・きくらげ りよくとうもろこし コーン缶詰粒
5 ・ 30	金 ・ 火	バターロール ウインナーポトフ★ ヨーグルト	かりんとう 柑橘類 牛乳	ウインナーソーセージ ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも かりんとう(黒)	たまねぎ・キャベツ・にんじん ブロッコリー・いよかん
6	土	炊き込みご飯 具沢山味噌汁	ココアサンド 牛乳	鶏ひき肉・油揚げ・生揚げ 豆みそ・普通牛乳	精白米・じゃがいも 食パン・三温糖 コーンスターチ	にんじん・ぶなしめじ キャベツ・えのきたけ 根深ねぎ
8 ・ 22	月	チリコンカンライス★ ひじきのミルキーサラダ	フルーツポンチ★ 牛乳	合挽肉・大豆水煮缶詰 まぐろ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン トマトダイス缶詰・乾ひじき トマトケチャップ・みかん缶詰 パインアップル缶詰・キャベツ バナナ・もも缶詰・コーン缶詰粒
9 ・ 23	火	ごはん 鶏肉と大根の煮物 なめこめかぶのじゃこ和え	豆乳葛餅★ 牛乳	鶏むね肉・普通牛乳 木綿豆腐・しらす干し 調整豆乳・きな粉	精白米・くず粉 三温糖	だいこん・にんじん・ぶなしめじ なめこ・めかぶわかめ 梅びしお
10 ・ 26	水 ・ 金	ごはん ししゃも★(乳児:鯉の塩焼き) 高野豆腐と落の煮物	スナックパン★ 飲むコアコア	ししゃも生干し・高野豆腐 飲むヨーグルト・鮭	精白米・三温糖 スナックパン	ふき・にんじん・干しいたけ
11 ・ 25	木	ごはん 関東煮(おでん)★ 納豆サラダ★	マカロニかりんとう★ 牛乳	生揚げ・焼き竹輪 納豆・普通牛乳	精白米・マヨネーズ マカロニ・調合油 黒砂糖	だいこん・まこんぶ コーン缶詰粒・こまつな キャベツ
12 ・ 24	金 ・ 水	バターロール ジャーマンポテト★ ヨーグルト	せんべい 柑橘類 牛乳	ウインナーソーセージ ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも せんべい	たまねぎ・いよかん にんじん・青ピーマン
13 ・ 27	土	味噌ラーメン 小魚スナック 柑橘類	ジャムサンド (27日:おやつなし) 牛乳	ぶたもも・赤色辛みそ 煮干し・普通牛乳	中華めん・食パン	キャベツ・にんじん・いよかん りよくとうもろこし・いちごジャム コーン缶詰粒
16	火	バターロール クリームシチュー★ ヨーグルト	かりんとう 柑橘類 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト プロセスチーズ	ロールパン・じゃがいも クリームシチューの素 かりんとう(黒)	ほうれんそう・にんじん ブロッコリー・いよかん たまねぎ・コーン缶詰粒
18	木	ごはん 鶏の唐揚げ ポテトサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏もも・まぐろ水煮缶詰 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・片栗粉 調合油・じゃがいも マヨネーズ・カステラ	にんじん・ブロッコリー・いちご コーン缶詰粒



★マークは年長さんがリクエストした献立です

※16日のクリームシチューは年長さんが考えた具材です



保健だより 3月

依佐美清涼保育園

早いもので今年度も残すところあと一ヶ月となりました。コロナウィルス感染症のため生活様式が変わりましたが、保護者の方のご協力により大きな怪我や病気もなく過ごせたことを嬉しく思います。

みんなで元気に新年度を迎えられるよう、この一ヶ月を大切に過ごしましょう。



寒暖差に注意しましょう

少しずつ暖かくなってきましたが、朝夕・雨の日などはぐっと気温が下がります。寒暖差によって体温を保ちにくくなると、体が疲れてしまい、体に様々な症状が出てきます。エアコン等は室内と室外の温度差を7℃以下にする、外に出るときは衣服の調節をする等して体温を保ちましょう。



花粉症の季節です

症状がある方は早めに対処しましょう。
内服や点眼が必要な方は申し出てください。



3月3日は「耳の日」です



耳の日は、難聴と言語障害をもつ人々の悩みをすこしでも解決したいという社会福祉への願いから制定されました。耳の日にちなみ、子どもが罹りやすい中耳炎について載せましたので参考にしてください。

原因

風邪をひいて中耳の粘膜がウィルスなどに感染し炎症を起こす事がほとんどです。

症状

耳の痛み・詰まり感・聞こえにくい・耳だれ・発熱・などです。
乳幼児の場合は、耳を触る・機嫌が悪い・などがあげられます。

治療

軽症なら抗生剤内服で治ります。重症なら内服に加え鼓膜に穴をあけて膿を出すことがあります。穴はとても小さく、痛みも一瞬でチクツとする程度です。

予防

繰り返さないためにしっかりと治療することが大切です。鼻汁や鼻閉が続くときは早めに治療しましょう。無理に鼻をかむと耳管を介して炎症が中耳に波及しやすいため片方ずつゆっくりかみましよう。



2月の欠席状況

- ・熱…5人
- ・体調不良…14人

