



11月 園だより

鳴子清凉保育園

日が短くなり、日一日と秋の深まりが感じられるようになりました。自然の変化は、子ども達の五感にも影響を与え、感性を豊かにさせてくれます。落ち葉を拾い「お母さんにおみやげ」と嬉しそうにポケットや袋に詰め込んでいる姿があります。子ども達の大切な気持ちと一緒に受け取ってあげてください。朝晩の気温差があり、風邪等ひかないように、体調には十分気を付けていきたいと思ひます。

1	月	乳児芋掘り予備日
2	火	
3	水	文化の日
4	木	0・1歳児遠足ごっこ 体操教室(董・幼) 音楽教室(幼)
5	金	絵画教室(幼) 諸費引き落とし
6	土	
7	日	
8	月	安全生活指導週
9	火	
10	水	英語教室(董・幼)
11	木	董遠足ごっこ 体操教室(幼) 音楽教室(幼)
12	金	体操教室(董・幼) 絵画教室(幼)音楽教室(乳) 避難訓練
13	土	
14	日	

15	月	
16	火	秋の遠足(幼児)
17	水	英語教室(董・幼)
18	木	体操教室(幼) 音楽教室(幼)
19	金	絵画教室(幼)
20	土	
21	日	
22	月	秋の遠足予備日(幼児)
23	火	勤労感謝の日
24	水	英語教室(董・幼)
25	木	体操教室(董・幼) 音楽教室(幼)
26	金	体操教室(幼) 絵画教室(幼) 音楽教室(乳)
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	誕生日会



たんぽぽ組

- ・保育士と片言やしぐさで楽しくコミュニケーションをとる
- ・園庭や公園で秋の自然に沢山触れる。

桃組

- ・意欲的に身の回りのことを自分で行おうとする
- ・保育士や友だちとの言葉のやり取りを楽しんで遊ぶ。

董組

- ・戸外に出て秋の自然に触れて楽しむ。
- ・自分の身だしなみを整える。

桜組

- ・身の回りのことを自分で行い、自分で出来る喜びを知る。
- ・身近な自然に触れ、遊びに取り入れて楽しむ。

向日葵組

- ・友だちと意見を出し合って相談し、自分達らしさを発揮して、共同的に遊びを楽しむ。
- ・秋から冬への季節の変化に留意し、健康で快適に過ごす。

紫陽花

- ・友だちと意見を出し合って相談し、自分達らしさを発揮して、共同的に遊びを楽しむ。
- ・秋から冬への季節の変化に留意し、健康で快適に過ごす。

お礼

運動会ではご家族の皆様のご協力、大変ありがとうございました。お天気にも恵まれ、進行もスムーズに行うことが出来ました。皆様のあたたかい拍手・応援を受けて、子どもたちも精一杯の力を発揮して、楽しい一日を過ごすことが出来ました。運動会後の子ども達は、心身共にまたひと回り大きく成長したように思ひます。今後の遊びや活動等にも楽しく・意欲的に取り組んでいけるように心をこめて保育をして参りたいと思ひます。

クラスからのお願い

たんぽぽ組 桃組 董組

4日にたんぽぽ・桃組・11日に董組が遠足ごっこを行います。

たんぽぽ・桃組は給食が出ます。

董組はお子さまの食べられるだけの量でお弁当の用意をお願い致します。

桜組 向日葵組 紫陽花組

16日(火)(予備日22日)に遠足を行います。お子さまの食べられるだけの量でお弁当の用意をお願い致します。

詳しくは先日お配りしたお手紙でご確認下さい。

お知らせ

向日葵組の試食は中止とさせていただきます。



今月の歌

・どんぐりころころ

・こぎつね



令和3年度
鳴子清涼保育園



「頂きます」の意味を知ろう

食欲の秋…三食の御飯だけでなく、おやつや季節の物を味わう機会が増えているかと思えます。

毎食口に出す「頂きます」の言葉…どんな意味か知っていますか？手間をかけて作って下さった方への感謝の言葉だと答える方が多いかもしれません。勿論、その感謝の気持ちも正解ですが、「頂きます」の言葉の前には「あなたの命を」という言葉が隠されているそうです。私たち人間が何気なく食べている食事・・・そこには色々な命が繋がっていて、私たちはその命を頂いて生かされているという事です。

動物の命

お肉や魚、卵などの命。
勿論そこには生産者の方や運んで下さった方の時間も含まれます。



植物の命

野菜や果物などの命。
勿論そこには生産者の方や運んで下さった方の時間も含まれます。



作った方の命

調理をする方の命。
それは時間です。
大事な命の時間を使って調理して頂いた事への感謝。



出来上がった料理には、たくさんの命や様々な人の苦労や努力が宿っています。無意識に食べてしまっているとつい忘れちゃいますが、その事を忘れずにいると簡単に残したり捨てたり出来なくなります。人間は、様々な命を頂かなければ生きていけないと言う事を少し頭に置きながら・・・「頂きます。」の言葉を言えたら毎日の食事への意識が少し変わるかもしれませんね。



～お弁当の食材について～



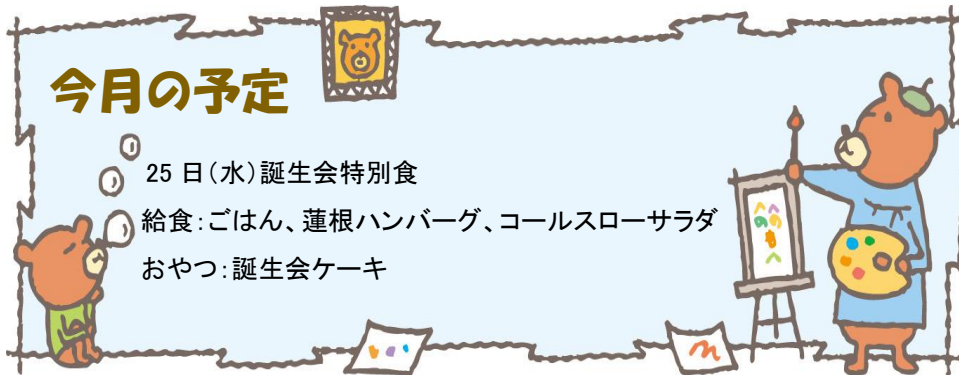
遠足でお弁当を持参する際、ミニトマト・ミニカップゼリー・ぶどう・うずらの卵・球形の個装チーズ等の誤嚥・窒息につながりやすい食材は、入れるのを控えたり、小さく切るなどの対応をしてください。また、のどに刺さる危険性があるため、お弁当用ピックの使用も控えてください。ご理解とご協力をお願い致します。

今月の予定

25日(水)誕生会特別食

給食:ごはん、蓮根ハンバーグ、コールスローサラダ

おやつ:誕生会ケーキ



今月のレシピ

『鬼饅頭』



【材料】

約4人分	
薩摩芋	200g
砂糖	25g
白玉粉	5g
小麦粉	50g
水	18g

【作り方】

1. 薩摩芋は、きれいに洗ってさいの目に切り、しばらく水に浸けてアク抜きをしておく。
2. 薩摩芋をザルに上げ、水気を切ったら、ボウルに入れて、分量の砂糖と合わせ30分置いておく。
3. 薩摩芋から水分が出てきたら、白玉粉と小麦粉を加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。様子を見ながら水を加える。
4. 生地を4~6等分し、10cm四方に切ったオーブンシートの上に一塊ずつ乗せる。
5. 蒸気の上上がった蒸し器で15~20分ほど蒸したら出来上がり！
6. 竹串を刺し、生地がつかなければ出来上がり！

☆小麦粉だけでもおいしくできます。

☆お水の量は、生地の様子を見ながら調節してください。



2021年度

11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 ・ 16	月 ・ 火	ごはん 鱈のカレー揚げ 切干大根の煮物	スナックパン 牛乳	すけとうだら・油揚げ 普通牛乳	精白米・三温糖 スナックパン	切干大根・にんじん さやいんげん・干しいたけ
2 ・ 17	火 ・ 水	白菜のそぼろあんかけ丼 根菜のじゃこサラダ	フルーツ杏仁風 牛乳	鶏ひき肉・しらす干し 普通牛乳	精白米・片栗粉 調合油・グラニュー糖	はくさい・えのきたけ・にんじん だいこん・れんこん・ごぼう こまつな・粉寒天・みかん缶詰 黄桃缶・パインアップル缶
4 ・ 18	木	ロールパン ポークビーンズ ヨーグルト	せんべい 林檎 牛乳	ぶたもも・大豆水煮缶詰 ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも 三温糖・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ 青ピーマン・トマトダイス缶詰 トマトケチャップ・りんご
5 ・ 19	金	ごはん 薩摩芋と大根の煮物 納豆サラダ	マカロニココア 牛乳	ぶたもも・納豆・黄粉 普通牛乳	精白米・三温糖 マヨネーズ・マカロニ さつまいも・	だいこん・にんじん コーン缶詰粒・キャベツ こまつな・干しいたけ
6 ・ 20	土	ウインナーピラフ コーンスープ	ソフトせんべい 牛乳	ウインナーソーセージ 普通牛乳	精白米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン マッシュルーム・ブロッコリー コーン缶詰粒 コーン缶詰クリーム
8 月	月	ごはん 鯖の塩焼き 豚汁	焼きそば 牛乳	さば・豆みそ・ぶたもも 豆味噌・木綿豆腐 普通牛乳	精白米・三温糖 さつまいも・いりごま ごま油	にんじん・乾ひじき・キャベツ 青ピーマン・さといも・だいこん にんじん・はくさい・えのきたけ 根深ねぎ
9 ・ 29	火 ・ 月	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーとじゃが芋のサラダ	みたらし五平餅 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐 かつお節・普通牛乳	精白米・三温糖 もち米・片栗粉 じゃがいも	たまねぎ・ぶなしめじ ブロッコリー・にんじん コーン缶詰
10 水	水	ロールパン 根菜のクリームシチュー ヨーグルト	かりんとう 林檎 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト	ロールパン・さつまいも 有塩バター・薄力粉 かりんとう(黒)	にんじん・れんこん・たまねぎ かぶ・かぶの葉・りんご
11 ・ 25	木	プルコギ丼 水菜のナムル	鬼饅頭 牛乳	ぶたもも・普通牛乳	精白米・三温糖 ごま油・いりごま さつまいも・白玉粉 薄力粉	たまねぎ・にんじん・にら きょうな・りよくとうもやし
12 ・ 26	金	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 里芋の胡麻和え	林檎ケーキ 牛乳	生揚げ・ぶたもも・鶏卵 豆味噌・普通牛乳	精白米・片栗粉 さといも・すりごま 薄力粉・調合油 三温糖	にんじん・にら・干しいたけ たまねぎ・キャベツ・りんご
13 ・ 27	土	カレーうどん 小魚スナック 林檎	おこめリング 牛乳	ぶたもも・油揚げ・煮干し 普通牛乳	うどん・三温糖 有塩バター・薄力粉 片栗粉・あまからせん コーンスターチ	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ あさつき・バナナ
15 月	月	ごはん 芋煮 白菜のゆかり和え	ツナサンド 牛乳	ぶたもも・普通牛乳 まぐろ水煮缶詰	精白米・さといも 板こんにやく・三温糖 食パン・マヨネーズ	ごぼう・ぶなしめじ・根深ねぎ はくさい・りよくとうもやし 梅びしお・キャベツ
22 月	月	ごはん 鯖の味噌煮 薩摩芋の白和え	焼きそば 牛乳	さば・豆みそ・普通牛乳	精白米・三温糖 さつまいも・いりごま ごま油	しょうが・にんじん・ブロッコリー ひじき・パインアップル缶詰 みかん缶詰・もも缶詰 バナナ
24 水	水	ロールパン 根菜のクリームシチュー ヨーグルト	薩摩芋きんとん 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト	ロールパン・さつまいも 有塩バター・薄力粉	にんじん・れんこん・たまねぎ かぶ・かぶの葉・りんご
30 火	火	ごはん 蓮根ハンバーグ コールスローサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・片栗粉 三温糖・マヨネーズ カステラ	たまねぎ・れんこん・にんじん ブロッコリー・キャベツ コーン缶詰・りんご



11月保健だより

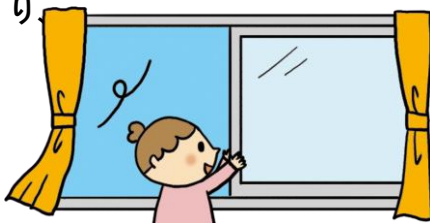
鳴子清涼保育園

葉っぱの色が赤や黄色に色づき、秋の深まりを感じる季節になりました。11月には「換気の日」、「いい歯の日」、「皮膚の日」があります。どれも健やかな成長と日常を過ごすために大切な事ですから、この機会に、改めてご家庭での様子を見直してみてください。



11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日と言われていました。寒くなってくるとストーブなどの暖房器具を使う機会が増えますね。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。特に今は新型コロナウイルス感染症への感染対策として換気的重要性が高まっています。空気（風）の通り道をつくり、常に少し窓を開けておくか、1時間に2回以上窓や扉を開放して十分な換気を心がけましょう。



11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子も増えてきたと思いますが、最後は大人が仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを嫌がる場合は、おうちで歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができたからカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげましょう。



きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために行うようにしてください。

日	月	火	水	木	金	土
					1★	2★
3★	4★	5★	6★	7★	8★	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がカサカサになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。熱すぎる湯に浸かると皮脂が洗い流されてより乾燥しやすくなってしまいます。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。

