



日中のほかほかとしたお日様がより暖かく感じられ、晩秋の気配が深まる頃となりました。運動会で友達と協力することの楽しさを味わい、友達同士の仲がより深まったように感じます。これからどんどん寒くなりますが、体をたくさん動かして、寒さに負けない元気な体作りをしていきたいです。

1	火	交通安全教室 向日葵組
2	水	英語教室
3	木	文化の日
4	金	体育教室
5	土	
6	日	
7	月	絵画教室
8	火	安全生活指導 安城吹奏楽団 父母の会主催
9	水	英語教室
10	木	芋煮会
11	金	体育教室 薔薇組も
12	土	
13	日	
14	月	絵画教室 乳児クラス個人懇談（11/25迄）
15	火	しゃぼん玉おじさん 父母の会主催

16	水	英語教室 避難訓練
17	木	
18	金	体育教室 保育参観
19	土	
20	日	
21	月	絵画教室
22	火	誕生会
23	水	勤労感謝の日
24	木	
25	金	体育教室 薔薇組も
26	土	李組試食会（2回目）
27	日	
28	月	絵画教室 作品展（12/3迄）
29	火	野菜収穫 紫陽花組
30	水	英語教室

今月のねらい

李組

- 手掴みやスプーンを使って自分で給食を食べることを喜ぶ。
- 戸外の涼しい風や秋の自然に触れながら遊ぶことを楽しむ。

桃組

- 意欲的に身の回りのことを自分で行おうとする。
- 友達に関心を持ち、好きな遊びを楽しむ。

薔薇組

- 衣服の前後や靴の左右等、身の回りの事に自分で気付こうとする。
- 秋の自然に触れながら戸外遊びを楽しむ。

桜組

- 身の回りのことに気付いて自分で行おうとし、自分でできる喜びを味わう。
- いろいろな素材に触れながら自分なりに表現しようとする。

向日葵組

- 気温や活動に合わせて、衣類などを調整しようとする。
- 自分の思いや考えを伝え、友達の思いも聞こうとする。

紫陽花組

- 生活や遊びの中で友達と思いや考えを出し合いながら関係性を深める。
- 様々な素材に触れ、試したり工夫したりして作り出すことを楽しむ。

園からのお願い

【全クラス】

- 寒くなり上着を着用する場合は、必ず記名をお願いします。また、薔薇組以上は玄関、李・桃組は保育室前に上着掛けがありますので、ご利用ください。
- 日が暮れるのが早くなりました。降園される際は、必ずお子様の手を繋いでお帰り下さい。



12月28日は18時降園になります。
ご協力をお願いします。

今月の歌

♪こぎつね

♪まつぼっくり

たくさん歌おうね♪





令和4年度
依佐美
清涼保育園

食べ物への感謝の気持ちを大切に

11月23日は勤労感謝の日です。私たちが食べている食材は、ほとんどが動植物の『命』です。また、私たちが食事できるのは食材を生産した人、運んだ人、売買にかかわった人、調理した人など多くの人のおかげです。改めて、自然からの恵みと、多くの人への感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

食べ物へのもったいないの気持ちを大切に

最近では原油価格や穀物価格などさまざまな物が高騰しています。日本の食料自給率は37%と低く世界各地からたくさんの食料を輸入しています。一方で日本は食品ロスの多い国です。

日本人にはなじみの深い「もったいない」。まだ、使えるもの、食べられるものを無駄にしてしまった時に使いますが、この言葉をほかの国の言葉に言い換えるのはとても難しいそうです。「もったいない」の気持ちを多くの人々が持てば、食品ロスを減らせるはずです。



「残さず食べる」子供に育てるために

○「できそう」な目標を立てる

食べきれる量から始め、「食べきることができた」という経験を積むことで自信につながります。次に「できそう」な目標を立て「できた」経験を積みましょう。

○前向きな問いかけをする

「どうして食べられなかったの？」という問いでは、子どもの言い訳を引き出すだけになってしまいます。「どうやったら食べられる？」という食べること前向きに考える問いかけを取り入れることが大切です。



- 11月2日(水)
秋刀魚会(幼児)
- 11月10日(木)
芋煮会(幼児)
- 11月22日(火)
誕生会特別食
- 11月26日(土)
李組試食会(第二回)

体を温める食べ物

鍋やうどん、雑炊、シチューなどは体を温めてくれる定番メニュー。長ねぎ、たまねぎ、しょうが、にんにくなどを使うとより効果的です。体が温まって血液の循環がよくなると、免疫機能が高まり風邪の予防になります。朝食にも温かいみそ汁やスープを添えるといいでしょう。



旬のおすすめレシピ 「芋煮」



材料(大人2人子ども2人分)

(作り方)

- | | | |
|-----------|------|--|
| ・豚もも肉 | 80g | ① 里芋は皮をむいて一口大、牛蒡はさがき、しらたきは1cm長さ、しめじは2cm長さ、ねぎは小口切りに切っておく。 |
| ・里芋 | 280g | ② しらたきは下茹でしておく。 |
| ・牛蒡 | 90g | ③ 豚肉を鍋で炒め、牛蒡、里芋、しめじ、出汁を加え、沸騰してきたら灰汁を取る。 |
| ・しらたき | 25g | ④ しらたき、ねぎ、調味料を加えてさらに煮る。 |
| ・しめじ | 40g | ⑤ 野菜が柔らかくなったら出来上がり！ |
| ・ねぎ | 20g | ☆山形の郷土料理です。本来は牛肉を使い、もう少し甘辛い味付けになります。 |
| ・かつお・昆布だし | 適宜 | |
| ・しょうゆ | 10g | |
| ・料理酒 | 5g | |
| ・砂糖 | 3g | |



- ・給食が出来るまで(幼児クラス)
- ・続・お箸チャレンジ(年長)
- ・サンドイッチパーティー(全クラス)

☆活動の様子は随時ホームページのトピックスに掲載しています！



2022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 ・ 14	火 ・ 月	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
2 ・ 17	水 ・ 木	ごはん 薩摩芋と豚肉の煮物 納豆サラダ	マカロニ黄粉 牛乳	ぶたもも・納豆・きな粉 普通牛乳	精白米・さつまいも マヨネーズ マカロニ・三温糖	ぶなしめじ・にんじん コーン缶詰粒・キャベツ こまつな
4 ・ 18	金	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 里芋の胡麻味噌和え	林檎ケーキ 牛乳	生揚げ・ぶたもも・鶏卵 豆みそ・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・たまねぎ にら・干しいたけ・キャベツ りんご
5 ・ 19	土	カレーうどん 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 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・食パン	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ あさつき・バナナ いちごジャム
7 ・ 21	月	ごはん 鰯のカレー揚げ 切干大根の煮物	ココアトースト 牛乳	あじ・油揚げ 普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 食パン・ソフトマーガリン	切干だいこん・にんじん 干しいたけ・さやいんげん
8 ・ 28	火 ・ 月	豚丼 根菜のじゃこサラダ	フルーツポンチ 牛乳	ぶたもも・しらす干し 普通牛乳	精白米・しらたき 三温糖・調合油	たまねぎ・にんじん・えのきたけ だいこん・れんこん・ごぼう こまつな・みかん缶詰・バナナ 白桃缶・パインアップル缶詰
9 ・ 25	水 ・ 金	ロールパン 根菜のクリームシチュー ヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	鶏むね・普通牛乳 ヨーグルト	ロールパン・さつまいも クリームシチューの素 ビスケット	にんじん・れんこん・たまねぎ かぶ・かぶの葉・バナナ
10	木	ひじきの混ぜご飯 芋のこ汁	ツナサンド 牛乳	ぶたもも・普通牛乳 鶏ひき肉・豆みそ まぐろ水煮缶詰	精白米・さといも 食パン・マヨネーズ	乾ひじき・にんじん だいこん・はくさい・ごぼう ぶなしめじ・根深ねぎ・キャベツ さやいんげん
11 ・ 26	金 ・ 土	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーとじゃが芋のサラダ	かぼちゃもち (26日:ココアサンド) 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐 普通牛乳・きな粉	精白米・三温糖 じゃがいも・調合油 上新粉・コーンスターチ 食パン	たまねぎ・ぶなしめじ ブロッコリー・にんじん コーン缶詰粒・くりかぼちゃ
12	土	ウインナーピラフ コーンスープ	ココアサンド 牛乳	ウインナーソーセージ 普通牛乳	精白米・コーンスターチ 食パン・三温糖	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
15 ・ 29	火	ごはん 鯖の味噌煮 薩摩芋の白和え	焼きうどん 牛乳	さば・豆みそ・油揚げ 絹ごし豆腐・ぶたもも 普通牛乳・削り節	精白米・三温糖 さつまいも・しらたき すりごま・うどん	しょうが・にんじん・乾ひじき ほうれんそう・キャベツ
16 ・ 30	水	食パン 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	食パン・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
22	火	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 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・じゃがいも	たまねぎ・れんこん にんじん・ブロッコリー みかん缶詰
24	木	ごはん 芋煮 白菜のゆかり和え	ツナサンド 牛乳	ぶたもも・まぐろ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・さといも・食パン しらたき・三温糖 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



保健だより 11月号



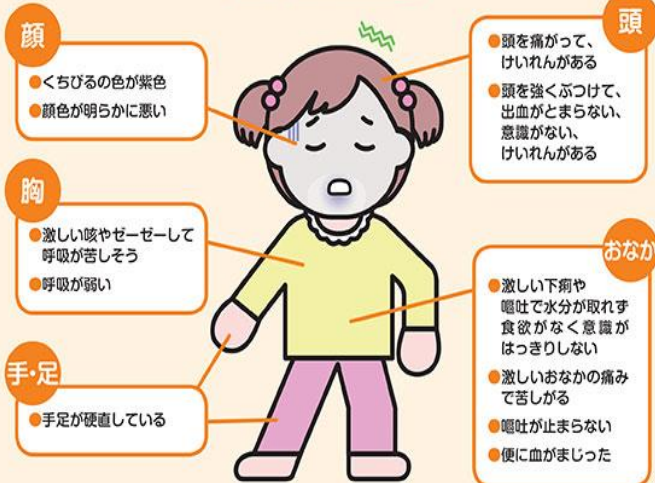
依佐美清涼保育園

運動会の日を過ぎた頃から朝夕は冷え込むようになりました。園ではヒトメタニューモウィルス感染症が流行りましたが、インフルエンザやノロウィルス感染症も流行する時期となりました。体調管理を万全にしていきたいと思います。



こんなときにはすぐに119番!!

こども (15歳以下)



- | | | |
|--|--|---|
| 意識の障害 <ul style="list-style-type: none">●意識がない(返事がない) またはおかしい (もうろうとしている) | けいれん <ul style="list-style-type: none">●けいれんが止まらない●けいれんが止まっても、意識がもどらない | 飲み込み <ul style="list-style-type: none">●物をのどにつまらせて、呼吸が苦しい、意識がない |
| じんましん <ul style="list-style-type: none">●虫に刺されて全身にじんましんが出て、顔色が悪くなった | やけど <ul style="list-style-type: none">●痛みのひどいやけど●広範囲のやけど | 事故 <ul style="list-style-type: none">●交通事故にあった(強い衝撃を受けた)●水におぼれている●高いところから落ちた |
| 生まれて3カ月未満の乳児 <ul style="list-style-type: none">●乳児の様子がおかしい | | |

◎その他、お母さんやお父さんから見て、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

手荒れ・唇の荒れについて

ハンドクリーム・リップクリームの持ち込みはお断りしていますが、状況によっては対応するのでご相談ください。



～11月9日は「119番の日」です～

救急車を要請する時のポイントは?

- ・ 119番に救急であることを伝える
- ・ 来てほしい場所(住所)を伝える
- ・ 落ち着いて通信司令員からの質問・指示を聞き必要な情報を簡潔に伝えることが大切です。状況によっては適切な応急手当を指導されるので、それに従って可能な限り実施してください。

救急車が到着するまでに準備するものは?

- ・ 保険証や診察券
- ・ お薬手帳
- ・ お金
- ・ 母子健康手帳
- ・ 紙おむつや着替えなど

救急車が到着したら?

- ・ 具合が悪くなった状況や救急車が到着するまでの変化を伝える
- ・ 行った応急手当の内容を伝える
- ・ 具合が悪い人の情報を伝える

小児救急電話相談事業 **「#8000」**

子どもが急に病気になった時、どのように対処するのか、受診はどうするのかなど迷った時に相談できる全国共通の電話番号です。

