



令和2年度 **4月号**
若葉保育園 ☎75-2836

ご入園、ご進級おめでとうございます。駐車場の桜や園庭のちゅうりっぷが咲き、新年度が始まりました。子どもたちの元気いっぱいのエネルギーを成長の原動力にしていきたいと思います。園生活が楽しく充実したものになるよう職員一同頑張ります。よろしくお願いします。

お願い

開園して1年が経ちました。保護者の皆様には日頃から色々ご理解ご協力いただき、有難うございます。先日お知らせしていましたが、今年度より玄関からの登降園をお願いしたいと思います。朝や夕方の時間は、子ども達が園庭で戸外遊びをしますので、安全確保、また防犯の為、園庭門は施錠させていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。

お知らせ

- 毎日の活動写真を玄関と園内廊下に掲示しますのでお子さんの様子をぜひご覧ください。また、その他のお知らせなども掲示しますので毎日必ず見ていただきますようお願いいたします。
- 今年度より主食費、副食費、保護者会費、絵本代は口座引落としになります。4月分と5月分は5月27日に一緒に引き落とされます。通帳の確認をお願いします。
- 毎週土曜日は食材調達のため、登園アンケートをとらせていただいています。玄関靴箱の上に用紙を置いていますので、必要な方のみ記入して毎月25日までに提出して下さい。個人配布はしませんのでご注意ください。
- 毎朝、登園チェック表記入とストックチェックをしていただき、ありがとうございます。登園チェック表の場所が変更になったクラスもありますので、ご注意ください。

職員紹介

- 園長 江藤妙子 ●主任 國武純子
- 事務長 谷口直樹 ●事務 萩尾美穂子

【ゆりぐみ】(5歳児)

鬼塚悠里 石井千恵

【さくらぐみ】(4歳児)

北島沙美 吉松隆子

【うめぐみ】(3歳児)

田中理香 佐藤恵子

【すみれぐみ】(2歳児)

佐藤友美 高橋美芽

【たんぽぽぐみ】(1歳児)

林宏美 古賀ゆか 福嶋優葵

【ひまわりぐみ】(0歳児)

田中絵美 大石円佳

【フリー】

永井美子 石井京子 高木千夏 永田陽子
手島しのぶ 田中裕美 狭場舞 三善聡美
堀江由起子 田中啓好 秦智恵(保育補助)
(すみれ・たんぽぽ・ひまわりぐみ各クラスに入り保育を行います。)

【給食】

飯田利江 田中美佳 星野文江
田中優子 岩瀬はるか 北原真規



馬田由紀

4月の行事



- 2日(木) 身体測定
- 6日(月) 英語であそぼう(ゆり)
- 8日(水) 茶道教室(ゆり)
- 10日(金) なかよし会
- 14日(火) わくわくランド
- 15日(水) 避難訓練
- 16日(木) 歯科検診
- 17日(金) 誕生会
- 20日(月) 英語であそぼう(ゆり)
- 23日(木) 内科検診(ゆり・ひまわり)
- 24日(金) 内科検診(さくら・たんぽぽ)
- 27日(月) 合同リズム(ゆり・さくら・うめ)
内科検診(うめ・すみれ)
- 28日(火) わくわくランド



年間行事のお知らせ

現在決定している行事です。
詳細は後日お知らせします。

- 【夏祭り】8月8日(土)
- 【運動会】10月10日(土)
- 【生活発表会】12月12日(土)

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境の中、子ども達も期待とともに不安も感じているようです。みんなそれぞれのペースで慣れていくと思います。疲れから体調を崩す子もいるこの時期。お家ではゆったりと過ごしてくださいね。

毎月保健だよりでは健康面についてお知らせをします。どうぞよろしくお願いいたします。



歯科健診と内科検診のおしらせ

下記の日程で行いますので、当日はなるべくお休みされないようお願いします。

●歯科健診

4月16日(木) 9:00~ 全クラス

※保護者同伴ではありません。

※当日は朝食後に歯磨きをしてきてください。

●内科検診 ◎受付時間…13:00~14:00

◎診察時間…13:30~

4月23日(木) ゆり、ひまわり

4月24日(金) さくら、たんぽぽ

4月27日(月) うめ、すみれ

※保護者同伴ですので時間厳守でお願いします。

※母子手帳を持参してください。

※きょうだいがいる場合は、上のお子さんのクラスの受診日に受けてください。

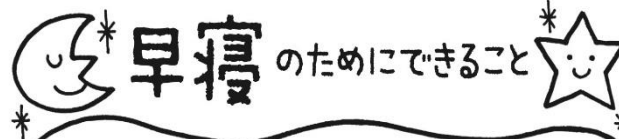
※詳細は後日お知らせします。



保健だより

令和2年度 4月号

若葉保育園



早寝のためにできること

①まずは早起きから

遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。

②朝の光でスタート!

カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。

③日中にしっかりあそぶ

体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。

④午睡は15時半までに

家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。

⑤おふろはぬるめに

熱いおふろは、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。

⑥入眠前の習慣づけを

毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってからぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



連日新型コロナウイルスのニュースがあり、不安な日々が続いています。感染拡大予防のため、引き続き朝検温をし登園チェック表への記入をお願いします。たんぽぽ、ひまわりぐみは育児日記に記入をしてください。新型コロナウイルスが落ち着くまでは37.5℃以上の熱がある場合、登園を控えてください。また、保育中に37.5℃以上熱が出た場合は連絡させていただきます。

感染拡大予防のためには皆さんの行動が大事になってきます。手洗い・咳エチケット・不要不急の外出を控えるなど、各ご家庭でも実践していきましょう。

朝ごはんはなぜ大事?

「朝ごはんが大切」とよく言われますが、なぜだか知っていますか? 実は、脳や体によいことがいっぱいあるのです。

脳が元気になる!

朝ごはんは、睡眠中も働いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。

肥満防止になる!

朝きちんと食べると、昼ごはんの食べすぎがなくなり、太りにくくなります。

うちが出やすくなる!

腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。

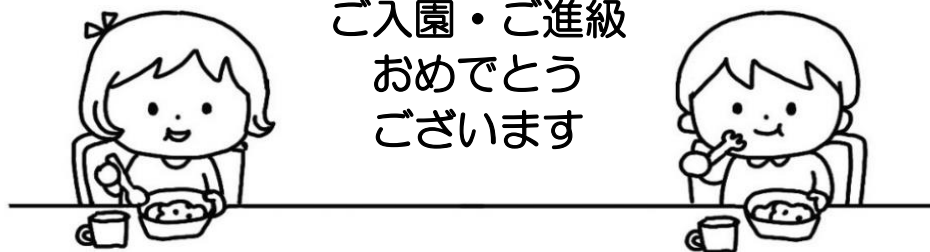
活力が出る!

体温が上がり、血液が体中によく巡って、活動的になります。





ご入園・ご進級
おめでとう
ございます



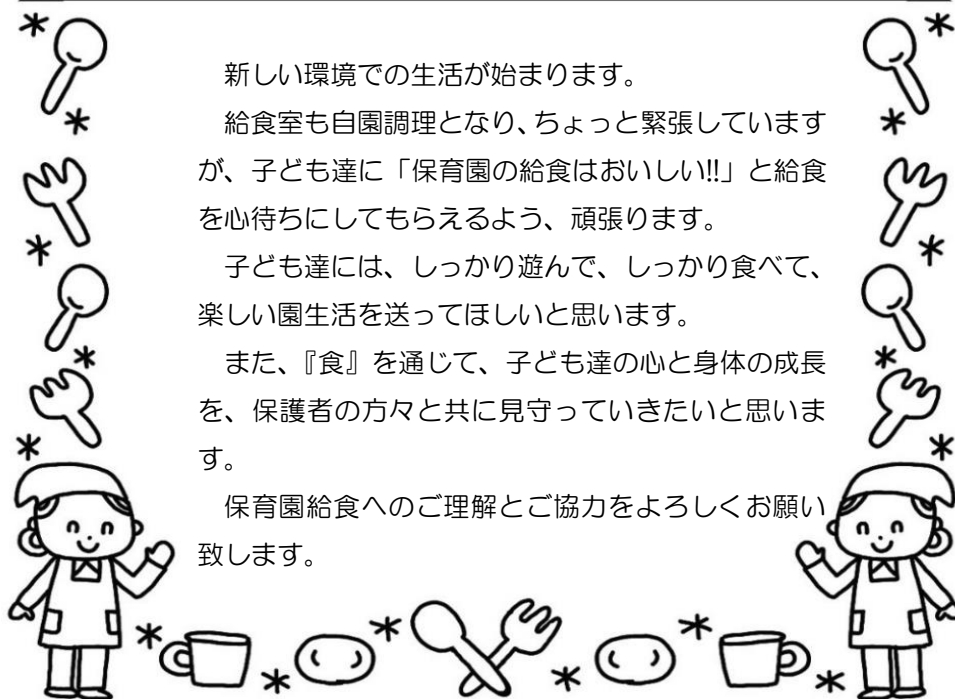
新しい環境での生活が始まります。

給食室も自園調理となり、ちょっと緊張していますが、子ども達に「保育園の給食はおいしい!!」と給食を心待ちにしてもらえるよう、頑張ります。

子ども達には、しっかり遊んで、しっかり食べて、楽しい園生活を送ってほしいと思います。

また、『食』を通じて、子ども達の心と身体の成長を、保護者の方々と共に見守っていきたいと思います。

保育園給食へのご理解とご協力をよろしくお願い致します。



給食室からのお願い

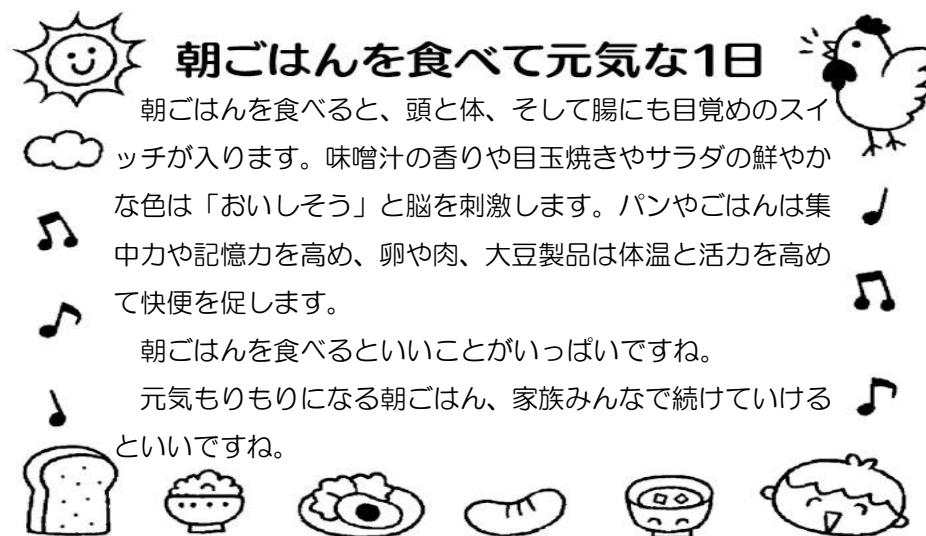
★子どもさんが体調不良（下痢や嘔吐、病み上がりで食欲がないなど）で食事内容の変更が必要な場合は、医師の診断内容を「給食変更届」（園に準備しています）に保護者の方が記入し、登園時に職員に提出してください。

玄米ごはんを白飯やお粥にしたり、乳製品抜き、油物抜きなどの対応をします。

★アレルギー症状が出た場合は受診後、診断書の提出が必要になります。医師の診断に基づき、除去食で対応をします。

★毎月、ご家庭に配布する「おいしいへやから」（献立表）には、その日の給食とおやつに使う、主な食材を載せています。

お子さんが、まだ口にすることがない食材があった場合は、その日までに食べて、アレルギー症状が出ないことを確認しておいてください。



朝ごはんを食べて元気な1日

朝ごはんを食べると、頭と体、そして腸にも目覚めのスイッチが入ります。味噌汁の香りや目玉焼きやサラダの鮮やかな色は「おいしそう」と脳を刺激します。パンやごはんは集中力や記憶力を高め、卵や肉、大豆製品は体温と活力を高めて快便を促します。

朝ごはんを食べるといいことがいっぱいですね。

元気もりもりになる朝ごはん、家族みんなで続けていけるといいですね。

おいしいへやから 4月号

若葉保育園

R2.4

日	曜	朝のおやつ	お昼ごはん	3時のおやつ	主な材料
1	水	りんご	げんまいごはん ジャがいものみそしる ししゃも きゃべつのおかかあえ	ぎゅうにゅう バナナ	玄米 鯉昆布だし ジャが芋 玉葱 小葱 ししゃも キャベツ 人参 もやし 牛乳 バナナ
2	木	いりこ	げんまいごはん かぼちゃのみそしる かぶとぶたにくのみそバターいため ちゅうかあえ	ピースごはんおにぎり	玄米 鯉昆布だし 南瓜 油揚げ 小葱 かぶ 豚肉 ごぼう 玉葱 バター 人参 もやし ニラ キャベツ グリンピース
3	金	かんぱん	げんまいごはん ふとなめこのみそしる ホキのごまやき なっとうあえ	りんごゼリー クラッカー	玄米 鯉昆布だし 麩 なめこ 小松菜 ホキ 人参 チーズ 納豆 キャベツ わかめ えのき りんごジュース クラッカー
4	土	昆布	はるやさいのカラフルごはん キャベツととりだんごのスープ レタスのわふうサラダ にまめ いちご	ぎゅうにゅう せんべい	玄米 鯉昆布だし 人参 アスパラガス 椎茸 バター キャベツ 鶏ひき肉 レタス わかめ 金時豆 いちご 牛乳 雪の宿
6	月	バナナ	げんまいごはん はるさめスープ ホキのみそに ささみときゅうりのサラダ	ミルク アーモンドケーキ	玄米 鯉昆布だし 春雨 人参 わかめ 小葱 ホキ 生姜 ささみ きゅうり ごま油 スキムミルク 小麦粉 バター アーモンド
7	火	せんべい	げんまいごはん さつまいものみそしる こうやどうふとしいたけのにも アスパラガスのカレーてんぷら	フルーツヨーグルト いりこ	玄米 鯉昆布だし さつま芋 玉葱 小葱 高野豆腐 アスパラガス 人参 椎茸 レタス ヨーグルト バナナ りんご レーズン いりこ
8	水	ふかし芋	ざっこくいりげんまいごはん ぐだくさんのみそしる ホキのしょうゆこうじやき あつあげとニラのいためもの	あべかわうどん こんぶ	玄米 十六穀米 鯉昆布だし キャベツ 人参 玉葱 えのき もやし 油揚げ ホキ 厚揚げ ニラ うどん麺 黄粉 おしゃぶり昆布
9	木	手作り麩菓子	げんまいごはん セロリのみそしる にくどうふ むしやさい	のりしおハッシュドポテト ぼうチーズ	玄米 鯉昆布だし セロリ 人参 厚揚げ 豚肉 豆腐 白菜 しめじ しらたき 大根 ブロッコリー ジャが芋 青のり 棒チーズ
10	金	棒チーズ	げんまいごはん きのこのすましじる しんじゃがととりにくのカレーに きゅうりのごますあえ	ぞらまめ オレンジ	玄米 鯉昆布だし しめじ えのき 豆腐 ジャが芋 玉葱 人参 鶏肉 グリンピース きゅうり キャベツ ぞらまめ オレンジ
11	土	昆布	ロールパン はるやさいチーズカレー バナナ ぎゅうにゅう	ヨーグルト ビスケット	ロールパン 鶏肉 玉葱 ジャが芋 人参 セロリ キャベツ チーズ カレールウ バナナ 牛乳 ヨーグルト マリービスケット
13	月	クラッカー	げんまいごはん すましじる さけのしおこうじレモンやき キャベツのすみそあえ	ミルク こくとうむしパン	玄米 鯉昆布だし 麩 人参 セロリ 鮭 塩麴 レモン キャベツ きゅうり わかめ スキムミルク 小麦粉 牛乳 黒砂糖
14	火	バナナ	げんまいごはん セロリのみそしる はるやさいとぶたにくのあますいため アスパラガスのナムル	げんまいチーズおやき	玄米 鯉昆布だし セロリ 油揚げ 小葱 豚肉 キャベツ ごぼう 椎茸 玉葱 人参 アスパラガス もやし しらす 小麦粉 チーズ
15	水	棒チーズ	ざっこくいりげんまいごはん はるさめスープ ししゃものカレーてんぷら ジャがいものきんぴら	のむヨーグルト あまなつ	玄米 十六穀米 鯉昆布だし 春雨 椎茸 えのき 人参 小葱 ししゃも カレー粉 天ぷら粉 ジャが芋 ヨーグルト 牛乳
16	木	昆布	げんまいごはん かぼちゃのみそしる とりにくとれんこんのいためもの だいこんのわふうサラダ	レモンムース クラッカー	玄米 鯉昆布だし 南瓜 玉葱 小葱 鶏肉 れんこん 人参 生姜 油揚げ ごま油 牛乳 生クリーム ゼラチン ソーダクラッカー
17	金	かんぱん	☆☆たんじょうかい☆☆ たけのこごはん わかたけじる とりのしおこうじみそやき おんやさい	ぎゅうにゅう フルーツとうにゅうケーキ	玄米 鯉昆布だし たけのこ 油揚げ 人参 みつば わかめ 鶏肉 塩麴 ジャが芋 アスパラガス 牛乳 いちご バナナ キウイ
18	土	いりこ	しいたけとニラのまぜごはん ふのみそしる アスパラガスのてんぷら ぼうチーズ	ぎゅうにゅう バナナ	玄米 鯉昆布だし 椎茸 ニラ 人参 麩 わかめ 小葱 ごま油 アスパラガス 天ぷら粉 棒チーズ 牛乳 バナナ
20	月	棒チーズ	げんまいごはん とうふのみそしる ホキのはるやさいあんかけ とうふいりひじきに	ミルク にんじんむしパン	玄米 鯉昆布だし 豆腐 油揚げ わかめ ホキ かぶ 人参 竹の子 グリンピース ひじき スキムミルク 小麦粉 レーズン
21	火	せんべい	げんまいごはん キャベツのみそしる ジャがいものカレーそばろに セロリのピクルス	まぜごはん	玄米 鯉昆布だし キャベツ 人参 もやし 絹さや ジャが芋 玉葱 豚ひき肉 グリンピース カレー粉 セロリ 竹の子 鶏肉 小葱
22	水	手作り麩菓子	ざっこくいりげんまいごはん ジャがいものみそしる ホキのたつたあげ きんぴらごぼう	ミルクくずもち こんぶ	玄米 十六穀米 鯉昆布だし ジャが芋 玉葱 わかめ 小葱 ホキ 生姜 ごぼう 人参 しらたき ほうれん草 牛乳 おしゃぶり昆布
23	木	バナナ	げんまいごはん ほうれんそうのみそしる ふきとこうやどうふのにも ジャがいものしおこうじいため	さけときこの ミルクパスタ	玄米 鯉昆布だし ほうれん草 もやし 人参 ふき 高野豆腐 椎茸 鶏肉 パセリ スバゲッティ 鮭 スキムミルク 粉チーズ
24	金	クラッカー	げんまいごはん なっとうじる さばのゆうあんやき はるやさいのやきびたし	のむヨーグルト バナナ	玄米 鯉昆布だし 小葱 納豆 豆腐 人参 さば ゆず 竹の子 ジャが芋 アスパラガス ヨーグルト 牛乳 バナナ
25	土	ふかし芋	はるやさいのみそにこみうどん きりぼしだいこんのナムル さんしょくにまめ いちご	ぶどうゼリー クラッカー	うどん麺 鶏肉 人参 キャベツ 椎茸 ごぼう 小葱 切干大根 もやし ほうれん草 しらたき ぶどうジュース ソーダクラッカー
27	月	いりこ	げんまいごはん キャベツのみそしる めざし あつあげとチンゲンさいのにびたし	ミルクココア アーモンドクッキー	玄米 鯉昆布だし キャベツ 人参 油揚げ 小葱 めざし 厚揚げ チンゲン菜 脱脂粉乳 ココア 小麦粉 バター アーモンド
28	火	棒チーズ	げんまいごはん ジャがいものみそしる こうやどうふのあげに キャベツのしおこんぶあえ	バターしょうゆ やきおにぎり	玄米 鯉昆布だし ジャが芋 玉葱 わかめ 高野豆腐 キャベツ 人参 もやし ごま 塩昆布 バター
29	水	昭 和 の 日			
30	木	手作り麩菓子	げんまいごはん とうふのみそしる ぶたにくとたけのこのみそいため うめおかかあえ	ミルク おからのガトーショコラ	玄米 鯉昆布だし 豆腐 油揚げ わかめ 小葱 豚肉 人参 玉葱 竹の子 しめじ キャベツ もやし 梅干し スキムミルク バター