

## 11月の献立表

日曜	献立	材料名	おやつ
2月	麻婆豆腐・にら玉・粉ふきじやが・わかめスープ	鶏肉・生姜・大蒜・長葱・人參・豆腐・ニラ・蓬根・筍 卵・じやが芋・削り節・煮干し・わかめ・玉葱	リンゴジュース お菓子
3火	☆文化の日☆		ミルク バナナケーキ
4水	れんこんのつくね揚げ・竹輪と人参の金平・青菜の昆布和え・味噌汁	蓬根・鶏肉・干椎茸・卵・人參・竹輪・小松菜・塩昆布 煮干し・わかめ・大根・油揚げ	麦茶 バナナ
5木	ハヤシシチュー・かに風味サラダ・りんご・ミルク	豚肉・じやが芋・玉葱・人參・かにかま・大根 わかめ・レタス・胡瓜・林檎・ミルク	カルビス お菓子
6金	さつまいもとかじきの中華煮・のり塩ナムル・トマト・清まし汁	かじき・生姜・さつまいも・人參・玉葱・干椎茸・ピーマン 小松菜・もやし・胡瓜・海苔・トマト・煮干し・わかめ・長葱	牛乳 お菓子
7土	チキンカレー・福神漬け・果物・牛乳	鶏肉・じやが芋・玉葱・人參・福神漬・バナナ・牛乳	麦茶 お菓子
9月	マカロニとコーンのシチュー・切干大根の煮物・梅納豆・果物・ミルク	鶏肉・マカロニ・玉葱・人參・法蓮草・コーン・クリーム 切干大根・油揚げ・干椎茸・梅干し・納豆・みかん・ミルク	リンゴジュース お菓子
10火	ポテトのミートグラタン・キャロットサラダ・ふりかけ・むらくも汁	鶏肉・大蒜・じやが芋・玉葱・マッシュルーム・トマト缶・チーズ パセリ・人參・胡瓜・コーン・ふりかけ・青梗菜・卵	麦茶 バナナ
11水	ちくわの磯辺揚げ・キャベツの昆布あえ・かぼちゃの甘煮・味噌汁	竹輪・青のり・キャベツ・塩昆布・南瓜 鶏肉・牛蒡・小松菜・厚揚げ	牛乳 チーズ
12木	☆お誕生日☆  おにぎり・鶏のから揚げ・れんこんサラダ・ブロッコリー・果物・けんちんうどん	米・削り節・小女子・胡麻・鶏肉・生姜・ニンニク・れんこん・胡瓜・かにかま ブロッコリー・柿・うどん・大根・人參・里芋・蒟蒻・長葱・牛蒡・豆腐	カルビス お菓子
13金	☆七五三献立☆ 魚の照り焼き・ナムル風煮びたし・厚焼き玉子・沢煮椀 	鶏肉・生姜・ニンニク・ほうれん草・もやし・人參・油揚げ 胡麻・卵・豚肉・筍の水煮・納豆・玉葱・豆腐・大根	牛乳 お菓子
14土	クリームシチュー・ふりかけ・果物・牛乳	鶏肉・じやが芋・玉葱・人參・ふりかけ・バナナ・牛乳	麦茶 お菓子
16月	かに玉風卵焼き・豚肉と大根の煮物・青菜の胡麻和え・味噌汁	鶏・かにかま・長葱・人參・干椎茸・豚肉・大根・生姜 小松菜・しめじ・胡麻・煮干し・なす・油揚げ・玉葱	カルビス お菓子
17火	ポークピーンズ・キッシュ・いんげん塩茹・スープ	鶏肉・じやが芋・人參・玉葱・大豆・卵・ほうれん草・マッシュルーム・ハム・チーズ・いんげん・煮干し・わかめ・もやし・えのき	リンゴジュース お菓子
18水	はんべんのつなチーズ揚げ・フレンチサラダ・トマト・味噌汁	はんべん・ツナ・チーズ・キャベツ・レタス・林檎・胡瓜 玉葱・トマト・煮干し・豆腐・ニラ・卵	麦茶 バナナ
19木	☆愛情お弁当☆ 白菜と揚げの味噌汁・果物 	煮干し・白菜・油揚げ・みかん	麦茶 チーズ
20金	鮭の塩焼き・卵の花・ブロッコリー・豚汁	岩塩鮭・おから・油揚げ・人參・干椎茸・長葱・いんげん ブロッコリー・豚肉・大根・油揚げ・牛蒡・豆腐・白鶴	牛乳 お菓子
21土	ハヤシシチュー・ふりかけ・果物・牛乳	豚肉・じやが芋・玉葱・人參・福神漬・バナナ・牛乳	麦茶 お菓子
23月	☆勤労感謝の日☆		
24火	大豆入りポークカレー・カルシウムサラダ・果物・福神漬け・ミルク	豚肉・じやが芋・玉葱・人參・大豆・レタス・キャベツ 小女子・わかめ・胡瓜・福神漬・りんご・牛乳	麦茶 チーズ
25水	サクサクチキン・ゴロゴロ温野菜サラダ・ゆで卵・味噌汁	鶏肉・コーンフレーク・さつまいも・胡瓜・人參・ハム・林檎 ブロッコリー・卵・煮干し・もやし・油揚げ	麦茶 バナナ
26木	揚げ魚のおろしあんかけ・さつまいのマヨ和え・青菜と揚げの煮びたし・味噌汁	白身魚・卵・さつまいも・小松菜・人參・油揚げ 煮干し・なす・長葱・豆腐	カルビス お菓子
27金	デミハンバーグ・ブロッコリーと人参の甘煮・チーズスパゲッティ・白菜のスープ	豚肉・玉葱・生姜・卵・トマト缶・えのき・マッシュルーム・ブロッコリー 人參・大根・スパゲッティ・チーズ・パセリ・白朮・長葱・はんべん	牛乳 お菓子
28土	豚の甘辛煮・ボイルきゅうべつ・トマト・わかめの味噌汁	豚肉・生姜・玉ねぎ・ピーマン・しめじ・人參・キャベツ トマト・わかめ・ほうれん草・卵	麦茶 チーズ
30月	親子煮・小松菜のじやこあえ・たくあん・根菜汁	鶏肉・玉葱・人參・法蓮草・卵・さつまいも・小松菜 鰹節・煮干し・なめこ・豆腐・長葱	リンゴジュース お菓子

※材料の入荷の都合により多少変更になることがあります

0~2歳児 基準550kcal 平均561kcal 塩分1.9g 3~5歳児 基準400kcal 平均411kcal 塩分2.2g

### 今月のお誕生会と愛情お弁当日のおしらせ!!

・12日(木)は、お誕生会です。  
3~5歳児さんも、白飯はいりません。  
心も体もあったまるけんちんうどんを予定しています。

・19日(木)は、愛情お弁当日です。  
おかず入りのお弁当の用意をお願いします。



食事のあいさつは、きちんとできていますか?  
食事のあいさつの意味を知り感謝の気持ちを込めて  
毎日しっかり挨拶をしましょう。

#### 『いただきます』の意味

食事の前にすべての命に  
感謝を込めてする  
あいさつです。  
食べ物を大切にすることは、  
命を大切にすることにつながります。



#### 『ごちそうさま』の意味

食事をつくるために、  
食材を育てたり、料理を  
したり、食事に携わって  
くれたすべての方へ  
感謝が込められている  
言葉です。



令和2年  
11月号

木の葉が色づき始め、子ども達はどんぐり拾いや落ち葉遊びなど秋ならではの遊びを楽しんでいます。先日のお芋掘りでは、「一番大きい掘ったよ！！」と秋の収穫を喜んでいました。日中はぽかぽかとしたお日さまが暖かいものの、朝晩は肌寒く感じられるようになってきました。気温やお天気を見ながら、子ども達が元気に過ごせるよう配慮していきたいと思います。

1	2 ABCday	3 文化の日	4	5	6	7
8	9 ABCday	10 避難訓練	11	12 誕生会	13	14
15	16 ABCday	17	18	19 稚児の儀(5歳) わんぱくday 愛情弁当日 尿検査(全園児)	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
29	30 ABCday					

### 今日の行事予定

#### 今後の行事予定

- 12月12日(土) 保育発表会(3~5歳児)  
12月17日(木) もちつき



#### 保育料引き落し日

- 1回目 11月10日(火)  
2回目 11月20日(金)



※引き落とし日の前日までにはご準備おねがいします。

# 10月の様子



秋の収穫  
掘れたよ！

## お相撲大会



お誕生日おめでとう

## 11月生まれのお友だち

さくら組

亀山あつとさん  
古幡りのさん

ひまわり組

久保田しようたさん  
谷田部しづなさん

すみれ組

松村こうへいさん

あひる組

渡邊れごくん

ばんび組

海老澤あかりちゃん

こあら組

岡崎あおくん

山中なみちゃん

富田めいさちゃん

11月

## 今月の保育目標

## 《精進努力》 しょうじんどりょく 最後までやり遂げよう

正しい目標に向かって努力し続け、最後までやり遂げる事が精進ということです。何事にも粘り強く最後までやり遂げる習慣を養っていきたいと思います。

## 《本読みは、頭の栄養、毎日持とう読書の時間》

秋の夜長に、毎日数分ずつ読書の時間を家族で持てたらいいですね。今年の秋は何冊読めるかチャレンジしてみましょう。小さいお子さんには、お家の方が読んであげるとお子さんとの大切なひと時になりますね。

## 注意したい 秋から冬の感染症

秋は気持ちのよい季節ですが、冬に向かい感染症が流行しやすい時期です。低温・低湿度の環境を好む細菌やウィルスが増え、寒暖差による体力・抵抗力の低下に伴い、感染しやすくなります。

RSウィルス・インフルエンザ・ロタウィルス・ノロウィルス・溶連菌感染症などがあります。

最初の症状は風邪程度ですが、小さなお子さんほど重症化しやすいので、早めの受診を心がけ、症状が治まるまで、お家で安静にしましょう。

インフルエンザの予防接種をうけましょう。

## 発表会にむけて

12月に発表会を計画しております。うんどう会同様、感染症対策を十分に講じ安全を確保して行います。

子ども達の今年一年の成長をぜひご覧になっていただきたいと思います。

運動会同様、3~5歳児さんのみとなります。

☆制服・黒ハイソックスのご用意をお願いいたします。

\*詳細は、後日お手紙を配布します。

## 稚児の儀について (さくら組)

稚児の儀(仏式で行う七五三のお祝い)は、子ども達の健やかな成長を願う行事です。絢爛豪華なお稚児の衣装を着て子ども達がお参りをします。

場所: 玉里第二保育園(照光寺)  
日時: 11月19日(木)

## しつけ保育目標

## 立冬(いとう) 11月7日

日が暮れて暗くなる時間がだんだん早くなっています。立冬は、冬の始まりを告げる日です。「立」には新しい季節になるという意味があり、季節の節目となります。

朝夜は少しづつ冷え込み、晴天でも陽射しは弱まって冬の到来を感じる頃となります。この日から立春の前日までが冬です。

子ども達それですが、冬ならではのイメージや季節を感じる機会になればと思います。今年の冬は、どんな冬になるのかな~雪遊びできるかな~と、今から楽しみですね♪

寒くなってきました。制服の着用をきちんとしましょう。また、ジャンパー・オーバー・手袋などの着用は登園時だけで、お家の方がお持ち帰りください。

## 愛情弁当について

☆11月からお弁当を温めます。お弁当箱を留める太めのゴムの用意をお願いします。また、暖飯器を使用しますので、アルミ製のお弁当箱をご用意ください。お弁当箱のふた・ゴムに名前の記入を忘れずにお願いします。



植田由美先生が、8月にご結婚され、松金由美先生となりました。今後とも、よろしくお願いします。

## 《世界児童画展へ》

年長・年中・年少組のお友だちの絵を「世界児童画展」と「文部省全国教育美術展」に出品します。いろいろな題材で個性豊かにのびのびと描かれた絵がいっぱいです。



社会福祉法人  
照桑福祉会  
幼保連携型認定こども園  
《はとり保育園》  
〒319-0123  
小美玉市羽鳥2815-1  
☎0299-28-7628