

# 行事予定と献立 5月

2019.04.26

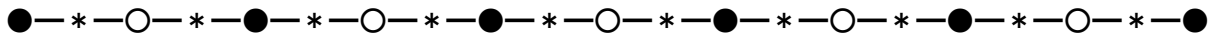
御幸保育所 栄養士 兵頭幸恵

日にち	ぎょうじ	ごはん	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1	水 そくい ひ 即位の日				
2	木 こくみん きゅうじつ 国民の休日				
3	金 けんぽうきねんび 憲法記念日				
4	土 みどりのひ みどりの日				
5	日 こどものひ こどもの日				
6	月 ふりかえきゅうじつ 振替休日				
7	火 こどものひ つどい 子どもの日の集い		たまごののやまやき こまつなののりあえ さつまいものオープンやき バナナ	もちもちパン	柏餅
8	水 はついきけいそく 発育計測		とりそぼろどん もやしのあえもの パインアップル	ホットケーキ	パンナコッタ
9	木 しょひふくるも かえ 諸費袋 持ち帰り	少	アスパラとベーコンのクリームパスタ だいこんときゅうりのわふうサラダ オレンジ	おさつごま焼き	しらすとひじきのご飯
10	金 ひなんくんれん かしたし えほん 避難訓練・貸し出し絵本 ふとんも かえ 布団持ち帰り		さかなのごもくあんかけ キャベツのしおこんぶづけ パインアップル	オレンジ寒天	きな粉ラスク
11	土		ちくぜんに かえりとアーモンドのごまがらめ バナナ	スティックパイ	ちんすこう
12	日				
13	月 こうつうあんぜんしどう 交通安全 指導		にくだんごスープ はくさいとほうれんそうのごまあえ オレンジ	あられ麩	チーズケーキ
14	火		さかなのわふうマヨネーズやき ゆでスナップえんどう きりぼしだいこんのにつけ バナナ	チーズ蒸しパン	さつまいもの天ぷら
15	水 さいえん 菜園まつり いか けんしん 医科健診(13:30~)		まつかぜやき コーンとチンゲンサイのいためもの フライドポテト オレンジ	カルシウムパイ	茹そら豆& パインホットケーキ
16	木 おさんぼ遠足		はるやさいのポークカレー あまずはくさいのカリカリじゃこのせ パインアップル	豆乳くずもち	コーンマヨトースト
17	金 いどうしょかん 移動図書館(ぞう) ふとんも かえ 布団持ち帰り		さかなのタルタルソースかけ ひじきのにつけ ゆでやさい バナナ	野菜ジュース寒天	サブレ
18	土 そつえんじ つどい 卒園児の集い	少	おやこうどん かにずあえ オレンジ	ヨーグルト パンケーキ	小豆パイ
19	日				
20	月 ほうはんくんれん 防犯訓練		ささみのピカタ ケチャップいため ゆでスナップえんどう パインアップル	クラッカーピザ	おからカップケーキ
21	火		ちゅうかどんぶり ちゅうかあえ オレンジ	ボンデケージョ	チーズスティック
22	水 ほけんしよくいしどう 保健食育指導	少	にくみそあんかけうどん こまつなのようふうひたし パインアップル	わらびもち	パルミエ
23	木 えほんよ き 絵本読み聞かせ(ぞう)		カレーあじハンバーグ やさいサラダ かぼちゃのグラッセ オレンジ	グレープ寒天	梅ごはん
24	金 かしたし えほん 貸し出し絵本 ふとんも かえ 布団持ち帰り		さかなのたつたあげ わふうサラダ そらまめのしおゆで バナナ	セサミパイ	アーモンドトースト
25	土 ほいくさんかんび こんだんかい 保育参観日・懇談会 (めだか・りす・くま)		ぎゅうにくとキャベツのいためもの じゃがいものオープンやき オレンジ	きな粉入り 豆乳蒸しパン	アップルパイ
26	日				
27	月		にくじゃが ゆでスナップえんどう なつとうのいそあえ パインアップル	変わりくずもち	ヨーグルトドーナツ
28	火 たんじょうびかい 誕生日会		たいめし がんもどき かみかみあえ すましじる メロン	マカロニの あべかわ風	卵サンド
29	水		ぶたにくのソースに ポテトサラダ ゆでやさい オレンジ	バナナケーキ	ドリカボクッキー
30	木		さかなのてりやき ごぼうのごもくきんぴら さつまいものあまに バナナ	チーズスティックパイ	小倉カステラ
31	金 げっかんえほん ふとんも かえ 月刊絵本・布団持ち帰り		きつかシューマイ はるさめサラダ かえりのつくだに オレンジ	ジャムパン	きなこサブレ

保育所から見える山々もすっかり若葉色になり、すがすがしい季節になりました。空を泳ぐこいのぼりもとても気持ちよさそうです。

子どもたちも新しい環境に変わって1ヵ月。少しずつ新しい生活に慣れ、それぞれの落ち着ける場所や気の合うともだち、好きな遊びを見つけ、保育所生活を楽しんでいる子どもたちです。過ごしやすいこの季節、爽やかな風を体いっぱいを感じながら、子どもたちがもっともっと「保育所が楽しい！」と思えるような日々にしていきたいと思います。

新しい生活に慣れてくるこの時期、疲れが出やすかったり、日中と夜の気温差で体調をくずしやすくなります。しっかり休息をとり、規則正しい生活リズムで元気に保育所に来て下さいね。



5月の食育指導は「食事のマナー(いただきます・ごちそうさま)」についてお話する予定です。いつもわたしたちが何気なく言っている「いただきます」「ごちそうさま」に意味があることを知っていますか？

人は食べなければ生きていけません。  
そして、食べることは食べ物の命をいただくということです。  
「いただきます」は命をいただきます、  
ありがとうという意味です。

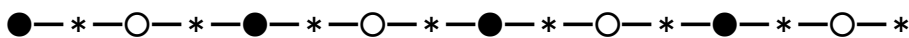


食べ物には食材を育てている人、  
運んでくれる人、調理をしてくれる人など  
たくさんの方が関わっています。  
こういった全てのものに感謝する気持ちを表して  
「ごちそうさま」と言います。



マナーは国や地域の文化によって異なりますが、食べる前に言う「いただきます」、食べ終わった後に言う「ごちそうさま」はどこでも共通しているマナーです。マナーと言うと、とても堅苦しく難しいもののように思われがちですが、マナーの基本は人を思いやり、気持ちよく食べることであり、乳幼児期に身につけたい大切な習慣です。

保育所でもしっかり子どもたちに知らせていながら、楽しい食事の時間にしていきたいと思います。



## 5月5日は「こどもの日(端午の節句)」



5月5日は「端午の節句」「菖蒲[しょうぶ]の節句」とも言われ、身を守る「鎧(よろい)」や「兜(かぶと)」を飾り、こいのぼりを立てて、男の子の誕生と成長を祝います。病よけに菖蒲(しょうぶ)やよもぎを軒にさし、ちまきや柏餅を食べ、邪気を払ったと言われています。

保育所では5月7日のこどもの日の集いで子どもたちの健やかな成長をお祝いしたいと思います。

こいのぼり: 急な流れや大きな滝も跳ね上がり、勢いよく泳ぐ鯉の姿と重ねあわせ、たくましく元気に育てとの願いが込められています。

柏餅: 柏の葉を使うのは新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、家系が絶えない「子孫繁栄」を表し、縁起の良いものと考えられてきました。  
また、香りが強いため邪気を払うとされてきました。



### お知らせ

#### ★5月のお弁当(白いごはん)のいない日

8(水) 16(木) 21(火) 28(火) お弁当(白いごはん)はいりません。空の当箱と箸の持参をお願いします。