

すこやかだより 5月

2021. 4. 27

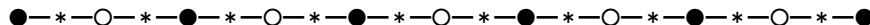
せんだの森

日付	行事	主食	メニュー	午前おやつ	午後おやつ
1 土		ごはん	まーぼーどうふどん はるさめさくらだ ばなな	ほっとけーき	すいーとぼてと
2 日					
3 月	けんぽうきねんび 憲法記念日				
4 火	みどりの日				
5 水	こどもの日				
6 木	こどもの日の集い	ごはん	にくどんぶり もやしのあえもの おれんじ	もちもちぱん	こいのぼりぱい
7 金	はついきけいそく 発育計測	ごはん	しるみさかなのおかりふらい ばいんあつぶる すばげていさらだ ゆでやさい ぼとふ	しゅがー とーすと	やきそば
8 土		ごはん	ちゅうかどん ちゅうかあえ ばなな	くだもの& うえはーす	ちーずけーき
9 日					
10 月		ごはん	だいずころつけ ゆでやさい いとどりこんぶのにつけ きのこじる おれんじ	かわりくずもち	ろくくつきー
11 火		じゃこな ごはん	にくみそあなかけうどん ばいんあつぶる あまずはくさいのかりかりじゃこのせ	わふうぼてと	ますかつと ぜりー
12 水		ごはん	とりのゆかりてんぶら ばなな こまつなのりあえ かきたまじる	れもんらすく	ゆでそらまめ& びすこ
13 木	ほけんしよいくしどう 保健食育指導	むぎ ごはん	さかなのつけやき ゆでやさい おれんじ きりぼしだいこんのにつけ ぐだくさんじる	やさいじゅーす かんでん	ねぎまよ とーすと
14 金	かんとんも かせ 布団持ち帰り	ごはん	ぶるこぎ じゃがいものおーぶんやき もずくすーぶ ばなな	よーぐるとあえ	とうにゆう きなこいり どーなつ
15 土		ごはん	はつしゅどびーふ きゅうりともやしのさっぱりづけ おれんじ	せさみぱい	どらやき
16 日					
17 月	こうつあんぜんしどう 交通安全指導	ごはん	さかなのたつたあげ ばなな こまつなのめかあえ けんちんじる	りんごかんでん	あずきぱい
18 火		あすばら らいす	はんぼーぐ〜きのこそーすかけ〜 おれんじ まかにさらだ ゆでやさい こんそめすーぶ	じゃむさんど	れあよーぐると けーき
19 水	えんそく バス遠足(うさぎ組 くみりす組・くま組)	ごはん	うさぎ組〜くま組はお弁当の持参をお願いします。 めだか組〜こあら組は保育のため給食を用意します。	くらっかーびぎ	あめりかん どつく
20 木		むぎ ごはん	さかなのまよねーずやき ひじきのにつけ さつまいものあまに みそしる ばいんあつぶる	じゃがいももち	たまごさんど
21 金		ごはん	とうふのまりあげ おれんじ かみかみあえ すましじる	わらびもち	ぐれーぶ ふる一つぜりー
22 土		ごはん	たにんどん きやべつのおこんぶづけ ばなな	くだもの& せんべい	まーぶるけーき
23 日					
24 月		ごはん	かにたま ひじきのなむる とうふのちゅうかふうすーぶ おれんじ	まよねーず とーすと	やさいちっぶす
25 火		ろーる ばん	みーとすばげてい ゆでやさい べじたぶるすーぶ ばいんあつぶる	とうにゆう くずもち	ちゅうかふう おこわ
26 水	たんじよひかい 誕生日会	たいめし	がんもどき すましじる めろん はくさいとほうれんそうのごまあえ	おれんじ かんでん	ここあけーき
27 木	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導	むぎ ごはん	さかなのてりやき うのはないり ばなな きゅうりのさっぱりづけ いなかじる	くらっかー さんど	びぎとーすと
28 金	げつかんえほんも かせ 月刊絵本持ち帰り かんとんも かせ 布団持ち帰り	ごはん	ちきんみそかつ ぼてとさらだ ゆでやさい ようふうたまごすーぶ おれんじ	おさつごまやき	ばるみえ
29 土	そつえんじ つど 卒園児の集い	ごはん	かれーらいす だいこんとつなのさらだ ばなな	ちーず すていっくぱい	まーらーかお
30 日					
31 月		ごはん	さかなのごもくあんかけ おれんじ きゅうりのおかあえ すましじる	ぐれーぶ かんでん	こぎかな& ちよこちっぶいり ほっとけーき

園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、園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感じながら、子どもたちももっと「楽しい！」と思えるような日々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園に来て下さいね。



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？

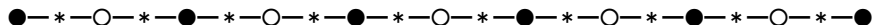
人は食べなければ生きていけません。そして、食べることは食べ物の命をいただくということです。「命」をいただきます。ありがとうございますという意味です。

食べ物には食材を育てる人、運んでくれる人、調理をしてくれる人などたくさんの人が関わっています。このような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。

園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(火)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。

園では5月6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。

