

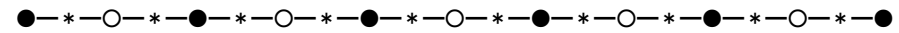
すこやかだより 5月

2020. 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 金		ごはん	とりのはちみつしょうがやき ばいんあつぷる いとどりこんぶにつけ ゆでやさい みそしる	くだもの& せんべい	すいととぼてと
2 土		※	お弁当持参をお願いします。 ご協力ありがとうございます。	ほっとけ一き	ほっとちーず さんど
3 日	けんぽう きねんび 憲法記念日				
4 月	ひ みどりの日				
5 火	こ 子どもの日				
6 水	ふりかえきゆうじつ 振替休日				
7 木	こ 子どもの目の集い はつひく けいそく 発育計測	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	こいのぼりばい
8 金	ふとんも かえ 布団持ち帰り	ごはん	さかなのこーんそーすかけ ばなな ほうれんそうのそてー こんそめすーぶ	りんごかんでん	とうふどーなつ
9 土		ごはん	にくみそどん おれんじ あまずはくさいのかりかりじゃこのせ	ちーず すていっくばい	まっちゃん どらやき
10 日					
11 月		ごはん	かにたま ひじきのなむる わんたんすーぶ ばいんあつぷる	わらびもち	かりんとう
12 火	ひなんぼうはんあんぜんしどう 避難防犯安全指導	あすばら らいす	しろみぎかなのかおりふらい ぼとふ すばげていさらだ ゆでぶろっこりー ばなな	おれんじ かんでん	ゆでそらまめ& びすけつと
13 水		ごはん	ぶるこぎ とうふのちゅうかふうすーぶ さつまいものおーぶんやき おれんじ	きやろつと け一き	たまごさんど
14 木		むぎ ごはん	とうふのまりあげ かみかみあえ みそしる ばなな	おさつごまやき	ぐれーぶ ふる一つぜりー
15 金	しどうしどう ぐみ 書道指導(くま組)	ごはん	さかなのごまみそやき ゆでやさい おれんじ きりぼしだいこんのにつけ すましじる	きなこらすく	しおやきそば
16 土		ごはん	おやこどん ばなな きゃべつとしおこんぶづけ	うえはーす	まどれーぬ
17 日					
18 月		ごはん	さかなのごもくあんかけ おれんじ きゅうりのゆかりづけ すましじる	じゃがいももち	ちょこちぶ くつきー
19 火	けんしんくいきどう 保健食育指導	ろーるぱん	あすばらとペーこんのくりーむばすた ゆでやさい やさいすーぶ ばなな	くらっかーびざ	たきこみごはん
20 水		ごはん	さかなのつけやき かぼちゃじる ひじきのにつけ ゆでそらまめ ばいんあつぷる	やさいじゅーす かんでん	やさいちっぶす
21 木		ごはん	はんぱーぐ〜きのこそーすかけ〜 ゆであすばら まかろにさらだ べじたぶるすーぶ おれんじ	じゃむさんど	ばるみえ
22 金	しどうしどう ぐみ 書道指導(くま組)	むぎ ごはん	さかなのたつたあげ きのこじる こまつなのなめたけあえ ばなな	まかろにの あべかわふう	ますかつと ぜりー
23 土		ごはん	ちゅうかどん ちゅうかあえ おれんじ	せさみばい	ちーずけ一き
24 日					
25 月		ごはん	ちーずおむれつ すばげていそてー すなっぶえんどう しちゅーすーぶ ばなな	くらっかー じゃむさんど	あずきばい
26 火	たんじょうひかい 誕生日会	たいめし	がんもどき ほうれんそうのごまあえ けんちんじる めろん	しゅがー とーすと	ここあけ一き
27 水		ごはん	おこのみやき ゆでぶろっこりー おれんじ	わふうぼてと	びーちぜりー
28 木	こうつう あんぜんしどう 交通安全指導	むぎ ごはん	さかなのてりやき うのはないり いなかじる きゅうりのさっぱりづけ ばいんあつぷる	ぐれーぶ かんでん	たこぼーる
29 金	げっかんえほんも かえ 月刊絵本持ち帰り	ごはん	わかどりのねぎすーすかけ ゆでやさい ばなな ぼてとさらだ ようふうたまごすーぶ	とうにゅう くずもち	びざとーすと
30 土		ごはん	かれーらいす おれんじ だいこんとつなのさらだ	くだもの& びすこ	おからいり け一き
31 日					

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、園生活を楽して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、子どもたちがもっともっと「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。



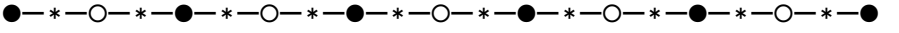
5月の食育指導は「食事のマナー(いただきます・ごちそうさま)」についてお話する予定です。いつもわたしたちが何気なく言っている「いただきます」「ごちそうさま」に意味があることを知っていますか？

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方が関わっています。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。

