



11月の行事予定



★マークのついている行事については、後日おたよりにて詳しくお知らせします。

日	曜	行事	預かり	日	曜	行事	預かり
1	木	・音感講習(午前保育) (麻奈先生来園)	/	16	金	・体育教室(年長)	○
2	金	・身体測定 ・体育教室(年長)	○	17	土	・第3土曜日(預かり可)	○
3	(土)	文化の日	/	18	(日)		/
4	(日)		/	19	月	・尿検査配布日	○
5	月		○	20	火		○
6	火		○	21	水	・尿検査提出日	○
7	水		○	22	木		○
8	木		○	23	(金)	勤労感謝の日	/
9	金	・体育教室(年中)	○	24	(土)	・第4土曜日(休園)	/
10	(土)	第2土曜日(休園)	/	25	(日)		/
11	(日)	・子育て応援サークル	/	26	月		○
12	月	・スイミング教室(年長)	○	27	火		○
13	火		○	28	水		○
14	水	★誕生会(13:30~)	○	29	木		○
15	木	・さくらんぼクラス	○	30	金	・体育教室(年中)	○

～今後の予定～

- 12/7(金) キラキラ発表会リハーサル
- 12/8(土) キラキラ発表会
- 12/12(水) もちつき
- 12/18(火) クリスマス会・懇談会 15時30分～
- 12/19(水) 誕生会(13時30分～)懇談会15時30分～
- 12/20(木) 懇談会 15時30分～ 給食終わり
- 12/21(金) 終業式 午前保育



幼稚園11月 献立表



※月・木(完全給食…パン、牛乳、副食)
火・金(副食のみ)主食持参でお願いします
※下記表のカロリーは、高岡給食センターの献立のみの表示です。
(パン・ご飯・牛乳のカロリーは含まれておりません)



(協)高岡総合給食センター
富山県高岡市美幸町1-4-45
TEL(0766)21-3910 FAX(0766)26-5375

日付	予 定 献 立							kcal	蛋白質 (g)	脂質 (g)	主 材 料 と 体 内 の 働 き		
											体を作る食べ物 たんぱく質他	エネルギー源になる食べ物 炭水化物他	体質を強える食べ物 ビタミン他
11月1日(木)	午前保育(省感講習のため、給食はありません。)												
11月2日(金)	ミートスパゲティ	せんきゃべツ	チキンカツ	みくわオムレツ	ミニゼリー	おさつコロッケ	塩胡瓜	279	12.9	15.0	豚肉 鶏肉 卵	小麦粉 油 マヨネーズ ゼリー さつまいも	玉ねぎ キャベツ 胡瓜
11月5日(月)	マカロニソテー	カレーコロッケ	コーン入り揚げパン	キャベツのゆかり和え	漬物ナゲット	れんごんのツナソテー		326	13.1	16.3	ベーコン 豚肉 いか ぶり肉 鶏肉 ツナ	小麦粉 油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 とうもろこし キャベツ れんこん
11月6日(火)	ポテトサラダ	せんきゃべツ	チーズのせメンチカツ1/2	西角型オムレツ	ほうれん草のコーン和え	ハムステーキ	もも缶	277	11.2	14.8	ハム 豚肉 鶏肉 チーズ 卵	じゃがいも 小麦粉 油 マヨネーズ	胡瓜 人参 キャベツ ほうれん草 とうもろこし もも
11月7日(水)	お弁当の日												
11月8日(木)	豚肉のジャンロー	旨味イカカツ	ミルクストームオムレツ	三色漬し	南瓜の天ぷら	キャベツのゆかり和え		310	11.8	16.8	豚肉 いか 卵 かつお節	小麦粉 油	玉ねぎ 生葱 キャベツ 人参 とうもろこし グリンピース ほうれん草 もやし かぼちゃ
11月9日(金)	筑うどん	牛肉コロッケ1/2	かぼちゃ焼売	フロッキーの塩ゆで	もやしと胡瓜のナムル	餃子フライ	白菜のお浸し 味噌汁(玉ねぎわかめ)	315	8.5	16.6	魚肉 牛肉 豚肉 鶏肉	小麦粉 油 じゃがいも	キャベツ かぼちゃ フロッキー 胡瓜 もやし 白菜 玉ねぎ わかめ
11月12日(月)	ペークロポテト	ハムカツ	黒ごま豆腐ハンバーグ	白菜のゆかり和え	たこクインナー	チェリー缶		287	10.1	15.4	ベーコン ハム 豆腐 鶏肉 豚肉	じゃがいも 小麦粉 油 ごま	玉ねぎ とうもろこし いんげん 人参 キャベツ 白菜 チェリー
11月13日(火)	さのこスパゲティ	白身魚フライ1/2	卵焼き	フロッキーの塩ゆで	キャベツと人参のお浸し	タンポポ子キンピラ	もやしのゆかり和え	262	11.1	14.9	ベーコン 白身魚 卵 豚肉 鶏肉 かつお節	小麦粉 油	しめじ フロッキー キャベツ 人参 もやし
11月14日(水)	お弁当の日												
11月15日(木)	トマトのハンネガラタン	せんきゃべツ	コーンたっぷりフライ	一口ハンバーグ	胡瓜の酢物	鶏のから揚げ	中華ポテト	318	12.2	14.8	鶏肉 チーズ 豚肉	小麦粉 マヨネーズ 油 さつまいも ほうちみつ	トマト 玉ねぎ キャベツ とうもろこし 胡瓜 わかめ
11月16日(金)	牛だていんげん	一口揚げ揚げ	さつまいも	赤小豆	金時豆	人参の漬物	味噌肉団子	260	12.5	9.5	牛肉 豆腐 魚肉 金時豆 豚肉 鶏肉	こんにゃく	大根 人参 グリンピース
11月19日(月)	スパゲティソテー	キャベツ入りメンチカツ	チキントマトオムレツ	パン生地	イカにもちこ飯團	苹果ソテー		302	11.5	18.4	ベーコン 豚肉 鶏肉 卵 いか	小麦粉 油	玉ねぎ 人参 キャベツ トマト パイン 白菜
11月20日(火)	厚揚げの味噌炒め	ベーコンポテトバーグ	いわしフライ	白菜のピーナツ和え	卵ロール1/3	突きこんおかつか		282	15.3	16.2	厚揚げ 豚肉 ベーコン 鶏肉 いわし 卵 かつお節	じゃがいも 小麦粉 油 ピーナツ こんにゃく	キャベツ 人参 にら 玉ねぎ 白菜
11月21日(水)	お弁当の日												
11月22日(木)	シューマンポテト	せんきゃべツ	グラタン風コロッケ	ミニオムレツ	ほうれん草とコーンのソテー	鶏つくね	もやしのゆかり和え	289	9.7	14.3	豚肉 鶏肉 牛乳 卵 チーズ 鶏肉	じゃがいも マヨネーズ 小麦粉 油	玉ねぎ キャベツ ほうれん草 とうもろこし もやし
11月23日(金)	勤 勞 感 謝 の 日												
11月26日(月)	ナポリタンスパゲティ	ハッピーバターコロッケ	ミニチキン(醤油)	ほうれん草のピーナツ和え	チーズポテト巻1/2	キャベツのソテー		305	11.5	17.4	ハム 鶏肉 チーズ ベーコン	小麦粉 じゃがいも バター 油 ピーナツ	玉ねぎ ピーマン とうもろこし ほうれん草 人参 キャベツ
11月27日(火)	野菜ソテー	えびカツ	鶏野菜とごぼう炒め	やちや	さくら色シューマイ	白菜のおかつか和え	味噌汁(厚揚げえのこ)	308	14.6	16.5	豚肉 えび 魚肉 鶏肉 卵 かつお節 厚揚げ	小麦粉 油	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 しめじ 大根 白菜 えのこ
11月28日(水)	お弁当の日												
11月29日(木)	マカロニサラダ	ココキールフライ	チリヤキオムレツ	ほうれん草のお浸し	さつまいも天	チーズキッス		260	7.7	13.8	ハム 魚肉 ホタテ 卵 鶏肉 チーズ	小麦粉 マヨネーズ 油 さつまいも	胡瓜 人参 玉ねぎ ほうれん草
11月30日(金)	卵とじ	やわらか揚げ	豆乳入り五目しんじ	ミニボールの漬物	スタッキーフライ	赤巻	金平れんこん	260	12.4	11.5	鶏肉 卵 豆腐 豆乳 魚肉	じゃがいも 葱 さつまいも 小麦粉 油 こんにゃく	玉ねぎ 人参 ほうれん草 れんこん

*予定献立の材料調達が困難な場合は、献立の一部が変更することがあります。ご了承ください。

11月の園生活

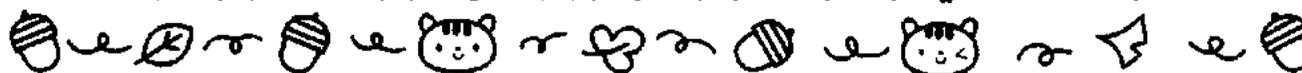


手洗いうがいを
丁寧にしようね!

秋晴れの日には、遠くに立山連峰がくつきり見えてとてもきれいです。園舎2階のお遊戯室の窓から見える景色はとても感動してしまいます。

そんな気持ちのいい“秋”の一日、こども達が楽しみにしていた園外保育に出かけました♪小さい組のこども達はファミリーパークへ行き、たくさんの動物との出会いがありました。年長きく組のこども達は、富山県美術館（TAD：タッド）へ行って“アート”と“デザイン”の世界を味わってきました。中でも企画展の“三沢厚彦さん”の彫刻作品“アニマルズ”は、クマ・キリン・ソウ・ライオン・ワニ・ウサギ・タヌキ・ヤモリ・コウモリ…それはそれは迫力のある動物の表情と存在感に圧倒されました!!年長組のこども達にとって“鑑賞”するということは、「大声をださない、触らない、はしらない」などの約束を守ってのことなのですが、思い思いの作品をじっくり見つめるこども達の姿は、何かに出会って、そして心動かされる・発見する…そんな貴重な経験だったような気がします《オノマトペの屋上では思いきり遊んできました!》

毎日同じ道を通っていても、葉っぱの色が変わっていくことや、空の雲の様子が変わったり、赤とんぼがたくさん飛んでいたり、渡り鳥のとんでいく様子を眺めたり、こども達は大人の気付かないことをたくさん見つけます。そんなこどもの心に寄り添ってみてはいかがでしょうか「きょうは、なにがたのしかつた?」って・・・。



1日(木)は、午前保育です

木下音感楽院より、木下麻奈先生が来園され音感の視察と先生達の講習会が行われます。

恐れ入りますが、午前保育とさせていただきますので、ご了承ください。※都合によりどうしてもお預かり保育が必要な方はお申し出ください。



11月8日(木)小杉小学校1年生さんと交流会(10:40~)

年長きく組さんと小学校1年生のお兄さんお姉さんとのなかよし集会があります。小学校へのあこがれが一層ふくらみますね。

提出日 21日(水)尿検査あります

たのしみだね~

子ども達が健康に園生活が過ごせるよう、尿検査を実施します。忘れず検査をうけることができますよう、ご協力お願いいたします。
※採尿容器、採尿容器入れ袋、採尿コップなどは、

11月19日(月)に配布します。名前の確認をしてください。





各園とも作品展が終了いたしました。

2学期は運動会、その後の作品展と子どもたちが表現する活動の一端をご覧頂くことが出来ました。

どの活動も、日々の経験の積み重ねの上にあるものばかりです。

保護者の皆様には、今後も温かい目で子どもたちを見守ってくださいますよう、よろしくお願いいたします。

◎行事の中で…

運動能力を発揮した運動会、製作活動を楽しんだ作品展が終わりました。

日頃から「積み重ねの大切さ」を保護者の皆さんにお伝えしています。

毎日の繰り返しの中で、子どもたちは集団生活でのルールを学び自己を発揮出来るよう力をつけていきます。

しかし、毎日同じことの繰り返しでは子どもたちの持つ能力を引き出していくことは出来ません。

日々の生活に変化を与え「成長へのきっかけ」を与えてくれるのが園での行事です。

お家の方と一緒に作品を見て、「この作り方、おもしろいなあ!」「かっこいいなあ」「今度はこんなのを作ってみたいなあ」等様々な感想を抱き、次の活動への糧となった筈です。

この後行われる発表会では、子どもたちが生き生きと活動できるよう、園全体で取り組んでいきます。

苦手意識を持って、練習を嫌がることもあるかも知れません。お子さんの様子に何か変わったことがありましたら、すぐに担任や主任にお知らせ下さい。

お家の方々と一緒に子どもたちを励まし、困難を乗り越える力をつけられるよう活動していきます。



◎11月の子どもたち

行事を経験してきた子どもたちは、いろいろな場面で、その経験を生かそうとするようになります。

友だちと、大きい子と、小さい子と一緒に遊ぶ中で、工夫し合い、話し合う姿も見られる様になります。

互いに励まし合い、助け合う経験を通して「ありがとう」が素直に言える優しい子になっていくのです。

私たちは、いろいろな場面を通して、子どもたちへの言葉がけに工夫をしています。子どもたち自身に何を感じ取って欲しいか、何に気づいて欲しいか、話し合いをしながら子どもたちのより良い成長を促していきます。

文化の日、立冬、七五三、等季節の行事にも目を向け、行事の意味を伝えこれをきっかけとして、いろいろな事に興味や関心を高めていきたいと思っています。

保護者の皆様も、どのような行事や記念日があるか、お子さんと一緒にお話ししてみませんか?



◎体調管理

朝夕と日中の寒暖差が益々大きくなってきます。

お子さんの体調管理は万全に、インフルエンザ等の流行に関係なくうがい、手洗いの励行をお願いします。



◎保育料について

20日(火)引き落としとなります。



たのしくたべようニュース

似ているけれど違う食べ物

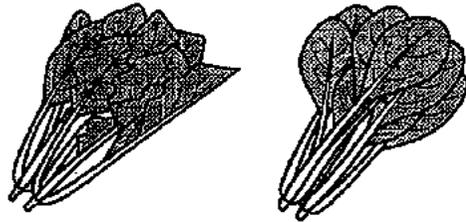
身近な食べ物の中には、見た目が似ているものがあります。例えば、ズッキーニときゅうり。どちらも皮が緑色で、細長い形をしています。ズッキーニはかぼちゃの仲間です。似ている食べ物をくらべて、どこが違うのかを親子で話題にしてみたいかがでしょうか。違いを知ると、食べ物に興味を持つきっかけになります。



似ている食べ物

ほうれんそう

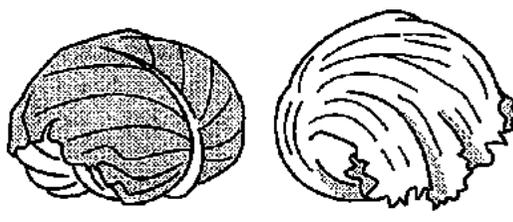
こまつな



どちらも葉菜類ですが、根がほうれんそうはピンク色で、こまつなは白色です。こまつなの方がカルシウムを多く含みます。

キャベツ

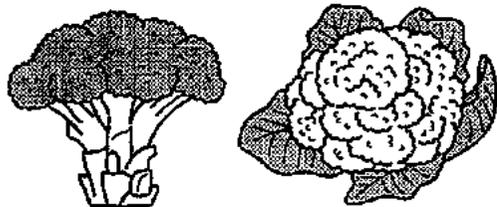
レタス



見た目はよく似ていますが、キャベツはアブラナ科でレタスはクク科です。キャベツの方がビタミンCを多く含みます。

ブロッコリー

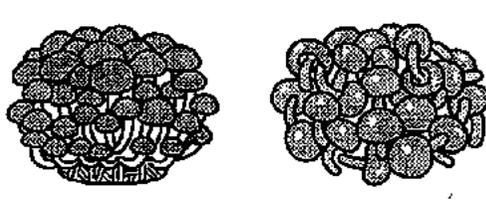
カリフラワー



どちらもつぼみを食べます。ブロッコリーが緑色で、カリフラワーが白色です。ブロッコリーの方がベータカロテンを多く含みます。
※黄色や紫色のカリフラワーもあります

ぶなしめじ

なめこ



ぶなしめじにはぬめりがなく、なめこは全体がぬめりで覆われています。栄養価に差は、ほとんどありません。

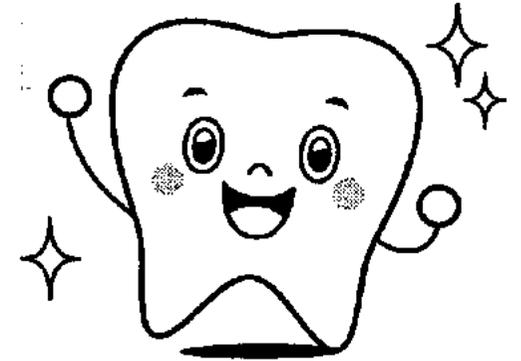


楽しく食べる体験を!

子どもの頃から楽しく食べる体験を積み重ねることが、望ましい食習慣を形づくる第一歩です。食卓が家族の交流の場として楽しい雰囲気があり、なおかつ栄養バランスのよい食事をとれることが大切です。子どもが思わず手を伸ばしたくなるような彩り豊かな盛りつけや、一緒に食べて安心し、やすらぎが持てることも必要です。楽しく食べることができれば、食事もおいしく感じる事ができ、子どもの「食べたい」という意欲もわいてきます。



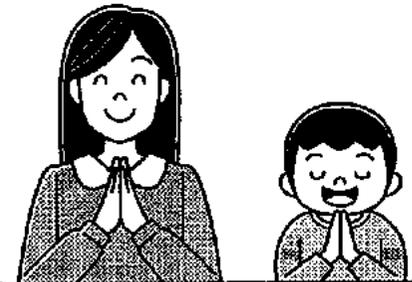
11月8日は いい歯の日



生涯にわたっておいしく楽しく食べるためにも、健康な歯を保つことが大切です。かみこたえのあるものをよくかんで食べ、食後にきちんと歯をみがくことを習慣づけましょう。

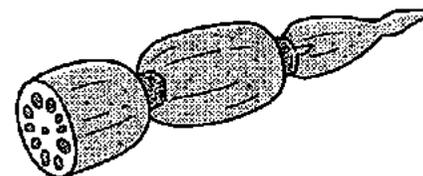
「いただきます」と「ごちそうさま」

日本では、食事の前後にあいさつをします。「いただきます」は食材となった動植物の命をいただくことへの、「ごちそうさま」は食事を用意するためにかかわったすべての人への感謝の気持ちが込められています。どちらも「ありがとう」の気持ちをあらわす言葉です。



おいしい旬の食べ物

れんこん



中の穴は大切な空気の通り道

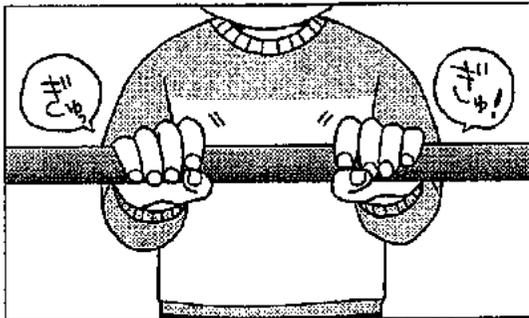
れんこんを輪切りにすると、中に穴が開いています。この穴は葉から取り込まれた空気の通り道です。れんこんは泥の中にある地下茎で、この穴があることで、泥の中でも呼吸ができるのです。

れんこんは、ビタミンCや食物繊維を多く含みます。切ると変色しやすいので、すぐに水につけましょう。

参考文献:「くらべてわかる食品同鑑(野菜とくだもの)家庭科教育研究会監修 田村学監 大月書店刊」「MINERVA はじめて学ぶ子どもの福祉(子どもの食と栄養) 岡井紀代監 岩井美奈子編著 倉石智世 伊藤真奈子監修 ミネルヴァ書房刊」

鉄棒で楽しく遊ぼう!

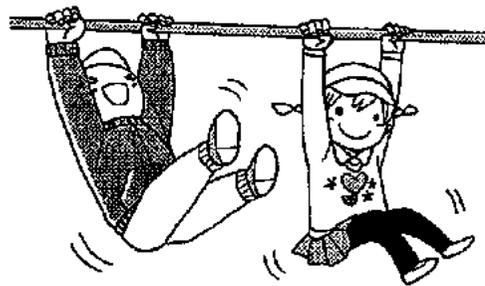
鉄棒遊びでの約束



鉄棒で遊ぶ時の基本は鉄棒をしっかりと握ることです。落下などによるけがを防ぐための大事な約束です。

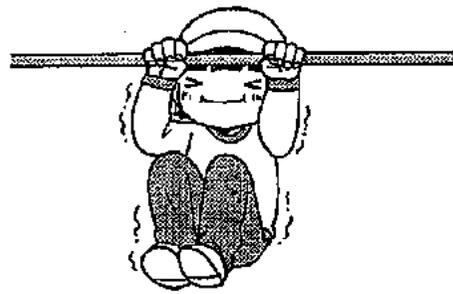
まずは、「ぶら下がる」にチャレンジして、鉄棒に慣れていきましょう。次に「だんごむしのポーズ」をやってみます。その次は「つばめのポーズ」から「前回り下り」に挑戦して見ましょう。

チャレンジ ぶら下がろう!



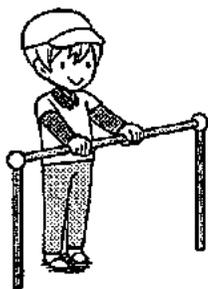
鉄棒をしっかり握ってぶら下がります。

だんごむしのポーズ

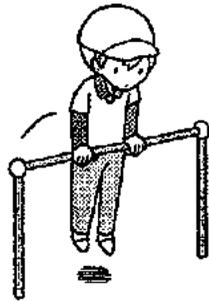


ひじとひざを曲げてぶら下がります。

つばめのポーズ



鉄棒をしっかり握り、鉄棒に跳び上がります。



おなかを鉄棒にのせて、体を支えます。



足先をそろえて後ろに伸ばします。あごを上げて前を向きます。

子どもに多く見られる 冬の感染症

RSウイルス感染症

症状 年長児では鼻水とせきのかぜ症状で済む場合がほとんどです。6か月特に3か月未満の乳児では、細気管支炎を起こし、発熱や喘鳴を伴う呼吸困難の症状が急速に進行することがあります。

家庭でのケア 寒い時期の乳児では症状の注意深い観察が必要です。発熱や喘鳴が見られる場合が病院の受診する目安です。ぐったりしている、顔色が悪い、呼吸困難、哺乳できないなどの症状は危険な兆候として捉えてください。

溶連菌感染症

症状 発熱、のどの痛みと発疹が特徴です。咽頭炎や扁桃炎を引き起こしますが、熱は高熱とは限らず微熱のこともあります。毒素による発疹が全身に広がり、体全体が赤く見える状態は猩紅熱と呼ばれています。舌の表面がぶつぶつするイチゴ舌も特徴です。

家庭でのケア 適切な抗菌薬を10日～14日間程度服用します。24時間以内に効果があらわれませんが、処方された分は最後まで飲み切ります。途中でやめると再発や急性腎炎などを起こすことがあります。

感染性胃腸炎

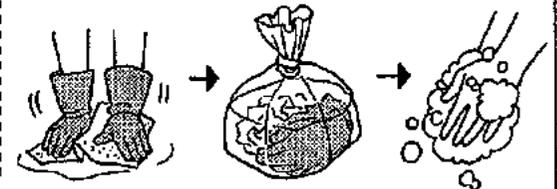
(ノロウイルス・ロタウイルス)

※0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液とは、ペットボトルのキャップ2杯分の原液を500mLのペットボトル1本分の水で希釈したものを。

症状 おもな症状は発熱、嘔吐と下痢です。軽い場合には嘔吐、下痢のみのことがあります。ロタウイルスでは、米のとぎ汁のような白色下痢が見られることがあります。

家庭でのケア ロタウイルスは3歳未満、ノロウイルスはすべての年齢で見られます。ロタウイルスに関してはワクチンがあります。感染した場合は脱水にならないように、水分補給を心がけます。下痢から回復するのに、3～4日間かかることもあるので、食欲があれば消化のよいものをとります。

嘔吐物・便の処理 処理をする時には換気をして、使い捨てのマスク、手袋を着用します。ペーパータオルなどを嘔吐物にかぶせ、上から0.1%次亜塩素酸ナトリウム溶液をかけてふき取り、ビニール袋に入れ(使用済み手袋なども入れる)、密封して処分します。処理後は手洗いを十分に行います。



監修 宮城県仙台市 かわむらこどもクリニック 院長 川村和久先生

11月は児童虐待防止推進月間です



厚生労働省では、毎月11月を「児童虐待防止推進月間」に定めています。児童虐待かと思ったら、「189 (いちはやく)」に連絡をしましょう。連絡は匿名で行うことも可能で、連絡者や連絡に関する秘密は守られます。電話は住んでいる地域の児童相談所につながります。

児童相談所
全国共通
3桁ダイヤル

いち はや く
1 8 9



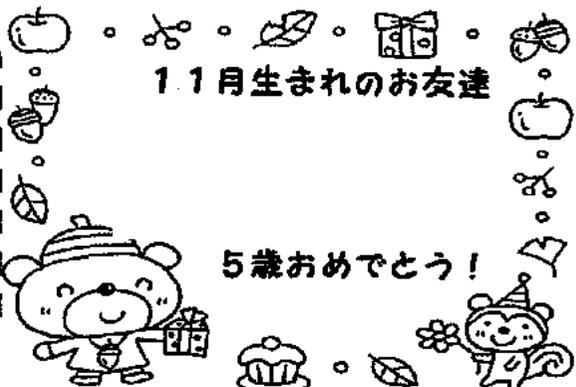
すみれぐみだより

☆今月のねらい☆

- ・身近な自然に触れて、生き物の大切さを知る。
- ・ルールのある遊びを通して身体を十分に動かしながら友達と関わることを楽しむ

☆今月のうた☆

まつぼっくり・わらいごえっていいな!



11月生まれのお友達

5歳おめでとう!

🎃ハロウィンパーティー🎃

10月の交流会では第3あおい幼稚園のこすもす組さんと、ハロウィンパーティーをしました! それぞれかぼちゃやこもり、おばけ等の飾りをつけたマントを身に付け、自分たちで手作りした魔女の帽子を被って一緒にかけっこをしたりゲームをしたりして遊びました。少しずつお友達の顔と名前を覚えてきた子ども達です。同じ年齢の子ども達が集まるとお互いに触れ合うことで親しみが湧いてくるようです。11月の交流会は21日(水)を予定しています。毎回楽しみにしている子ども達です。



🎈楽しかったねわくわくアートてん🎈

わくわくアートてんでは、“すみれランド”をテーマに、色々な乗り物や私たちの街を作りました。子ども達の自由な発想から廃材を使って、世界に一つだけの作品が次々と出来上がり、このわくわくアートてんを通して、さらに作る楽しさが深まったように感じられます。そしてその作った作品で遊びが広がり、海の乗り物のところでは、割りばしに紐をつけて魚釣り遊びにつながり、盛り上がり、カニやタコを釣ったり道の脇にコンビニがあったら便利やよ!」とさらに作り足したりしながら、道がボロボロになるまで乗り物遊びを楽しみました。また、残り少ない晴れた日を惜しむように天気の良い日はお散歩に出かけたり園庭に出たりすると、バッタやカマキリ、カエル等の虫取りを楽しむ子ども達で、命の大切さを伝えながらまた草むらに「またね、バイバイ」と返すようにしています。

🎵12月にはキラキラはっぴょうかいがあります。運動会の経験もあり、曲に合わせて身体を動かすことが大好きな子ども達。元気いっぱい踊る姿をお楽しみに♡



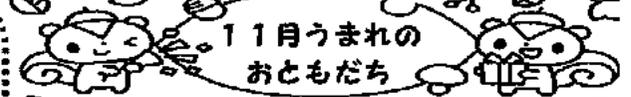
きくぐみだより

☆今月のねらい☆

- ・自分の思ったことや、考えをお友達や先生に言葉で伝えよう。
- ・クラスのみんなで気持ちを合わせて歌ったり、オペレッタを楽しもう。

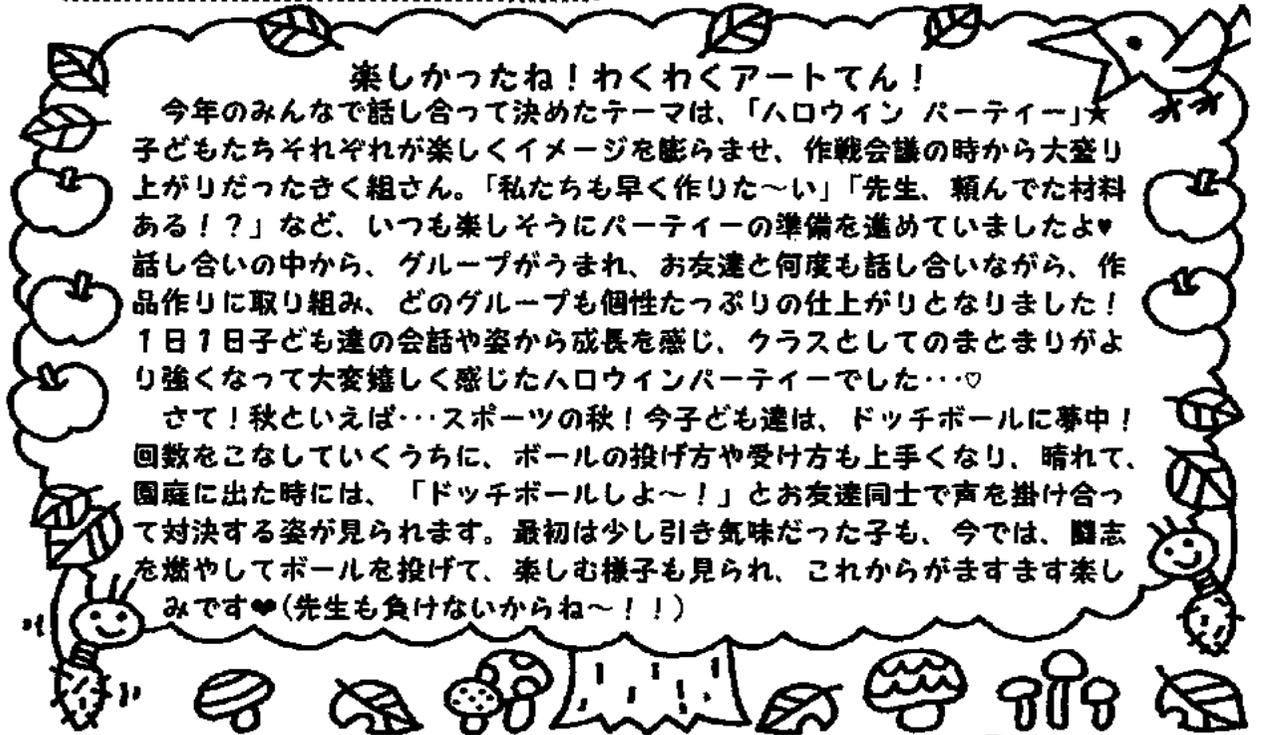
☆お歌☆

- ・まつぼっくり
- ・きのこ



11月うまれの おともだち

いつも元気いっぱいのふうちゃん! 6歳のお誕生日おめでとう~♡



楽しかったね! わくわくアートてん!

今年みんなで話し合っただけ決めたテーマは、「ハロウィンパーティー」子どもたちそれぞれが楽しくイメージを膨らませ、作戦会議の時から大盛り上がりだったきく組さん。「私たちが早く作りた〜い」「先生、頼んでた材料ある!？」など、いつも楽しそうにパーティーの準備を進めていましたよ! 話し合いの中から、グループが生まれ、お友達と何度も話し合いながら、作品作りに取り組み、どのグループも個性たっぷりの仕上がりとなりました! 1日1日子ども達の会話や姿から成長を感じ、クラスとしてのまとまりがより強くなって大変嬉しく感じたハロウィンパーティーでした…♡

さて! 秋といえば…スポーツの秋! 今子ども達は、ドッチボールに夢中! 回数こなしていくうちに、ボールの投げ方や受け方も上手くなり、晴れて、園庭に出た時には、「ドッチボールしよ〜!」とお友達同士で声を掛け合っただけで対決する姿が見られます。最初は少し引き気味だった子も、今では、闘志を燃やしてボールを投げて、楽しむ様子も見られ、これからますます楽しみです♡(先生も負けないからね〜!!)

サリガニが…!!

先日のある日。みんなで大切に育てているサリガニにある変化が起きていました! それは…「脱皮」です! 最近あまり動かないサリガニを見て「体調悪いんかね?」「眠いんだよ!」といろんな憶測をしていたきく組さん。脱皮した自分の殻を食べてさらにパワーアップしたサリガニをみて、「お〜!」と驚きを隠せない様子の子も達でした。毎日欠かさず水やりと糞とりをしているあさがおも、サリガニも大切ないのち。いのちの尊さを日々の生活を通して、感じてほしいと願っています。



- ♪ みんなで挑戦! オペレッタ♪
- ・ 12月8日はキラキラ発表会です!
- ・ きく組みんなで話し合っ、オペレッタをすることに決めました。
- ・ そのものがたりは…「フレイメンの音楽隊」をしま〜す♡みんなで楽しいオペレッタにできたらいいね♪ どんなお話になるかは、当日までのお楽しみ…♡

