



1年はあっという間で、それぞれのクラスで過ごすのもあと1カ月。卒園、進級のカウントダウンが始まりました。それぞれに、大きく、たくましく成長した子ども達の姿を見ることができ、嬉しい限りです。3月は、自分たちの成長を子ども達自身が感じ合い、次のステップに進むための準備期間にしたいと思います。

1年間、保護者の皆様には当園の保育、教育にご理解とご協力を頂き、大変ありがたく思っております。来年度も、子ども達を真ん中に、保護者の皆様と私たち職員、園が手をつなぎ、充実した1年に出来るよう努力してまいります。

理事長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
【今後の予定】 4/6 始業式(1号認定午前保育) 4/10 入園式 4/28 年長・年中参観日 葵会総会	1 防犯訓練 鼓隊指導AM (年中児)	2 避難訓練 さくらんぼクラス	3 交通安全指導 ひなまつり会	4 スナップ 販売終了 キラキラ コンサート	5	
6	7 発育測定	8	9 誕生会	10 おわかれ会	11 葵会主催 園内清掃 かな組 すみれ組	12
13 修了証書授与式 リハーサル	14	15 修了証書授与式 年長児のみ制服着用 1号認定午前保育	16	17	18	19
20	21  春分の日	22 終業式 1号認定午前保育 スナップ販売 (園撮影分)	23	24 特別保育 申込締切日	25	26
27	28	29 スナップ 販売終了 (園撮影分)	30	31 		

3日 ひなまつり会

女の子の健やかな成長を願う桃の節句が“ひなまつり”です。子どもたちはそれぞれに工夫を凝らした“おひなさま”を作りました。園でもひなまつり会を行います。

10日 おわかれ会

一緒に遊んだり、お世話してもらったり、子どもたちにとって憧れの年長さんとのお別れがいよいよ近づいてきました。思い出の1ページとなるよう、出し物や年長さんへのプレゼントを作り、準備を進めています。

13日 卒園式リハーサル

年長児のみ制服着用

午前中に卒園式のリハーサルを行います。午後からは年長さんが蓮王寺の大仏さまに卒園の報告をしにお参りに出かけます。

15日 修了証書授与式

年長児のみ制服着用

(1号認定午前保育)

きく組 28名の子どもたちが、この日をもって幼稚園を巣立っていきます。

当日は、かな組・さくら組・すみれ組の1号認定のお子さんは午前保育となります。この日に限り、降園時間を11:50とさせていただきますので、よろしくお願いいたします。バスも11:50に園を出発します。

22日 終業式

以上児制服着用(1号認定午前保育)

この日をもって、3学期を終了します。23日より春休みに入りますが、預かり保育等については、後日、希望をとります。

★おねがい★

★ティッシュを1箱ご寄付下さい。

★かな組・さくら組・すみれ組・きく組さんは、部屋にある荷物を持ち帰りますので、大きめの袋(スーパーのビニール袋不可)に名前を明記し9日(木)まで園に持ってきてください。

☆おしらせ☆

☆令和5年度バス送迎をご利用の方の「新スクールバス運行表」は22日終業式にお渡しします。新コースでのバス運行は、令和5年度4月6日(始業式)からです。

尚、4/11~4/14までの1週間は、新入園児慣らし保育のため降園時のバス運行時間に多少変更が生じることをご了承ください。





3月。令和4年度締めくくりの月となりました。この時期になると、私たちはいつも入園当初・進級当初の子ども達の姿を思い出します。

年長児は卒園式までの登園となります。寂しさの方が勝ってきそうですが、「この園にきて良かった」と、卒園生やご家族に思ってもらえるようになりたいと思っております。

◎「子は親の鏡」に学ぶ子育て

子は親の鏡

ドロシー・ロー・ノルト

けなされて育つと、子どもは 人をけなすようになる
 とげとげした家庭で育つと、子どもは 乱暴になる
 不安な気持ちで育てると、子どもも不安になる
 「かわいそうな子だ」と言って育てると、子どもは みじめな気持ちになる
 子どもを馬鹿にすると、引込み思案な子になる
 親が他人を羨んでばかりいると、子どもも人を羨むようになる
 叱りつけてばかりいると、子どもは「自分は悪い子なんだ」と思ってしまう

励ましてあげれば、子どもは自信を持つようになる
 広い心で接すれば、キレる子にはならない
 誉めてあげれば、子どもは 明るい子に育つ
 愛してあげれば、子どもは 人を愛することを学ぶ
 認めてあげれば、子どもは 自分が好きになる
 見つめてあげれば、子どもは 頑張り屋になる
 分かち合うことを教えれば、子どもは 思いやりを学ぶ



親が正直であれば、子どもは 正直であることの大切さを知る
 子どもに公平であれば、子どもは 正義感のある子に育つ
 やさしく、思いやりをもって育てれば、子どもは 優しい子に育つ
 守ってあげれば、子どもは 強い子に育つ

和気あいあいとした家庭で育てば、
 子どもは この世の中はいいところだと思えるようになる

*「子どもが育つ魔法の言葉」ドロシー・ロー・ノルト 石井千春訳 PHP 研究所より
 ☆毎年年度末に掲載させて頂いております。☆

◎根っこの教育

理事長の言葉によく出て参ります「根っこの教育」とは、
 【草や木に例えれば、幼児期は「芽が出る前の、土の中にある根っこ」の時期です。この時期は、どんなに焦っても、突然芽が出て花が咲く事はありません。周りの環境に配慮し、適した時期に十分な栄養(愛情)を与えることによって、初めて「根っこ」が太く強く育っていくものです。】ということです。

土台がしっかりした子ども達は、幼稚園を卒園した後も、困難に打ち勝つ力を持っていると思います。子育てに近道はありません。手間暇かけてじっくり子育てをしてこそ、土台がしっかりとした、幹の太い立派な木に成長するでしょう。



◎幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿

その10 豊かな感性と表現

心を動かす出来事などに触れ感性を働かせる中で、様々な素材の特徴や表現の仕方などに気付き、感じたことや考えたことを自分で表現したり、友達同士で表現する過程を楽しんだりし、表現する喜びを味わい、意欲をもつようになる。

(参考 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿 東洋出版発行 武藤隆著)

「表現する」と言えば発表会やコンサート、日々の活動の中では、造形遊び(絵画製作や折り紙・塗り絵や自由製作)等、園では、豊かな感性が育まれるように工夫をしながら環境を作り、季節を感じながら経験を重ね、お友達や先生の言葉に関心をもって活動できるよう子ども達を見守っています。

今年度も、「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」をこの紙面に掲載してきました。子どもと向き合うことの奥深さを、いつも感じています。子ども達は、卒園後もさらに成長していきます。園での生活が、子ども達の成長に役立っていきますようにと願っています。



◎保育料等引き落としについて

3月納入金は、20日(月)となります。



✿ 3月生まれのおともだち ✿

✿ たんぽぽ組 ✿

3日
3日
6日

✿ さくら組 ✿

12日

✿ かな組 ✿

17日

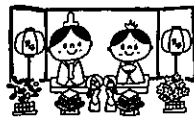
✿ すみれ組 ✿

5日
30日
31日

✿ きく組 ✿

2日
19日
20日

HAPPY BIRTHDAY



3月 献立カレンダー



月	火	水	木	金	土
<p>【お知らせ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きとぎとの日」です。 <p>16日(木)は、水菜です。</p> 		<p>1 ステップアップ献立</p> <p>(ごはん) 牛乳 シガーフライ チキンカツ はりはり漬け なめこのみそ汁 みかんゼリー</p> <p>牛乳・ばかうけ青のり</p>	<p>2</p> <p>(ごはん) 牛乳 天然酵母のクラッカー ハンバーグ マカロニサラダ チンゲン菜のスープ</p> <p>牛乳・アニマルビスケット</p>	<p>3 ● ひなまつり</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ちらし寿司 えびフライ スティックきゅうり すまし汁 ひなまつりゼリー</p> <p>スポロン・ビスコ</p>	<p>4</p> <p>幼児牛乳 お菓子</p> <p>(パン) 魚肉ソーセージ スティックチーズ ゼリー・幼児牛乳</p> <p>野菜生活・お菓子</p>
<p>6</p> <p>(ごはん) コーンフレークの牛乳かけ チキンとポテトの揚げ煮 ブロッコリーのコーン和え かきたま汁</p> <p>牛乳・マリービスケット</p>	<p>7 ステップアップ献立</p> <p>(ごはん) みかん缶 ブルコギ 三色ひたし 貝だくさん汁</p> <p>豆びよココア・ソフトせんべい</p>	<p>8</p> <p>(ごはん) 牛乳 ねじねじ 揚げ魚のカレーマヨかけ 菜の花と野菜の和え物 わかめのみそ汁</p> <p>牛乳・源氏パイ</p>	<p>9 ●</p> <p>牛乳 たべっこBABY カレーライス オムレツ ぼてちっちサラダ プリン</p> <p>ストロベリージョア・ハッピーターン</p>	<p>10 ● リクエスト献立</p> <p>牛乳 アンパンマンのソフトせん</p> <p>わかめご飯 鶏肉のから揚げ 納豆サラダ クリームシチュー お祝いデザート</p> <p>幼児牛乳・しろえび紀行</p>	<p>11</p> <p>幼児牛乳 お菓子</p> <p>(パン) おさかなのウィンナー 型抜きチーズ ゼリー・幼児牛乳</p> <p>幼児ひょうろ・お菓子</p>
<p>13</p> <p>(ごはん) 牛乳 マンナポーロ シュウマイ ナムル 麻婆豆腐</p> <p>牛乳・☆揚げパン</p>	<p>14</p> <p>(ごはん) 牛乳 ミルクビスケット スパゲティミートソース フライドポテト ドレッシングサラダ 幼児りんご</p> <p>牛乳・めでたい焼き</p>	<p>15</p> <p>(ごはん) 牛乳 マンナウエファー にら玉炒め 茹でブロッコリー 豆腐のみそ汁</p> <p>牛乳・チョイス</p>	<p>16 ◎きとぎとの日</p> <p>(ごはん) 牛乳 カルシウムせんべい かぼちゃコロッケ 水菜のごまじゃこサラダ ビーフンスープ</p> <p>☆トッピングデザート</p>	<p>17</p> <p>(ごはん) 牛乳 ミレービスケット さばのみそ煮 ◆おすわい 麩のすまし汁</p> <p>牛乳・星たべよ</p>	<p>18</p> <p>幼児牛乳 お菓子</p> <p>(パン) 魚肉ソーセージ スティックチーズ ゼリー・幼児牛乳</p> <p>きになる野菜(キャロット)・お菓子</p>
<p>20 (卵・乳・小麦なし)</p> <p>(ごはん) 花花せんべい すき焼き風煮 おかか和え 厚焼き玉子</p> <p>オレンジジュース・クレープ</p>	<p>21</p> <p>春分の日</p>	<p>22</p> <p>(ごはん) 牛乳 アンパンマンの焼肉ビスケット 肉団子 ツナ和え ポトフ</p> <p>牛乳・☆カレー蒸しパン</p>	<p>23</p> <p>(ごはん) 牛乳 KCサクッとあられ ちくわの磯辺揚げ 即席漬け 五目うどん汁</p> <p>牛乳・こぶ柿</p>	<p>24</p> <p>(ごはん) 牛乳 がんばれ野菜家族 焼き肉 スイートサラダ コンソメスープ</p> <p>牛乳・おにぎりせんべい</p>	<p>25</p> <p>幼児牛乳 お菓子</p> <p>(パン) おさかなのウィンナー ピピピチーズ ゼリー・幼児牛乳</p> <p>幼児りんご・お菓子</p>
<p>27</p> <p>(ごはん) 牛乳 きなこ餅 マーメレードチキン コールスロー 五目スープ</p> <p>牛乳・豆乳ウエハース</p>	<p>28</p> <p>(ごはん) 牛乳 カルシウムせん 親子煮 いんげんのごま和え ごぼうみそ汁</p> <p>牛乳・チーズサンド</p>	<p>29</p> <p>(ごはん) 牛乳 まんまるソフトせんべい ポークチャップ きゅうりのカリコリ漬け ベーコンと野菜のスープ</p> <p>牛乳・ハーベストセサミ</p>	<p>30</p> <p>(ごはん) 牛乳 ミニハート さけの塩焼き 金時煮豆 小松菜のみそ汁 鉄っこひじき</p> <p>幼児牛乳・おとっと</p>	<p>31</p> <p>(ごはん) 牛乳 味しらべ 魚のかば焼き風 ゆかり和え 切干大根のみそ汁</p> <p>幼児牛乳・サブロフ</p>	<p>日付</p> <p>主食 ● 午前おやつ ● (3歳未満児) ● (全児) 昼食献立</p> <p>(全児) 午後おやつ</p>

※飲み物がない日はお茶が付きま



3月 食育だより



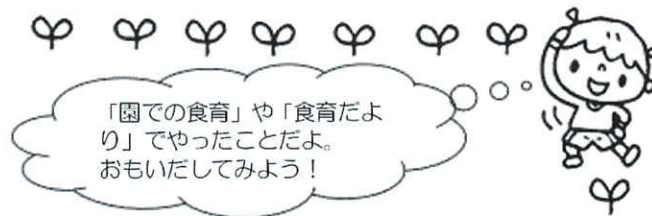
令和 5年 3月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

やわらかな春の訪れを感じ、今年度も残り1ヵ月となりました。子どもたちは、この一年で少しずつ、いろいろなものを食べられるようになったり、嫌いなものを食べられるようになったりと成長を感じる場面がたくさんありました。「たのしい食事」の体験は、子どもの五感を育て、食べる意欲を育てます。たのしい食事を通し、子どもたちの心と体の成長を育てていきましょう。



♪いちねんかんをふいかえいましょう♪

1年間の食生活の中で、子どもたちができるようになったことを親子で振り返りましょう。子どもたち自身が自分の成長に気づき喜びを感じることで自信につながります。



「園での食育」や「食育だより」でやったことだよ。おもいでしてみよう！

あてはまるものにマルをつけてみよう！

<p>① あさごはんは たべてどうえんした はい / ときどき / いいえ</p> <p>朝ごはんを食べることで、エネルギーが補給され、脳や体が目覚めます。</p>	<p>② しょくじのまえに、きちんとてをあらった はい / ときどき / いいえ</p> <p>手には見えない汚れやばい菌が、付着しています。石鹸できれいに洗って食べましょう。</p>	<p>③ やさいをのこさず しっかり たべている はい / ときどき / いいえ</p> <p>1日5皿の野菜料理を食べれば、必要な野菜がとれ、食物繊維やビタミンA,C,Eもとれます。</p>	<p>④ よくかんであじわって たべている はい / ときどき / いいえ</p> <p>よく噛むと肥満予防や脳の働きを活発にするなど8つのいいことがあります。</p>	<p>⑤ おやつはじかんを きめ たべすぎないようにした はい / ときどき / いいえ</p> <p>おやつを食べすぎると糖分や塩分の摂取量が増え、食事へ影響します。</p>
--	--	--	--	--



今月の食材 「 水菜 」

日本が原産で古くから栽培されてきた水菜は、鍋料理やお浸し、サラダでお馴染みの食材です。アクやくせがなく、シャキシャキした歯触りが特徴です。水菜は、緑黄色野菜で、β-カロテンやビタミンCなどのビタミン類を多く含んでおり、免疫を高める作用もあります。β-カロテンは油といっしょに、ビタミンCは生で食べると吸収率がアップします。またカルシウムやカリウムも多く、骨の健康維持にも期待できます。

給食の先生が考えた 今月のレシピ 「 水菜のごまじゃこサラダ 」

- 材料（1人分）
- 水菜 20g
 - きゃべつ 20g
 - にんじん 8g
 - ちりめんじゃこ 2g
 - 白いりごま 1g
 - A
 - 米酢 2g
 - さとう 1g
 - しょうゆ 1g
 - ごま油 0.5g

●作り方

- ① 水菜は1cm幅、きゃべつとにんじんは2cm程度の短冊切りにする。
- ② ①をさっと茹でて、流水で冷却し、水気をしぼる。
- ③ ボウルに②、ちりめんじゃこ、ごま、Aのドレッシングをいれ、混ぜあわせる。

シャキッとした水菜とカリカリのちりめんじゃこ、プチプチしたごまの中華風味のサラダです。いろいろな食感をお楽しみください。つくってみた感想アレンジ方法等、園に教えてください。



【クイズ】 みずな は ほかのよびかた があるよ。なんていわれている？

- ①あしたな ②きょうな ③みどりな

※答えは下にあります

あんぜんだより

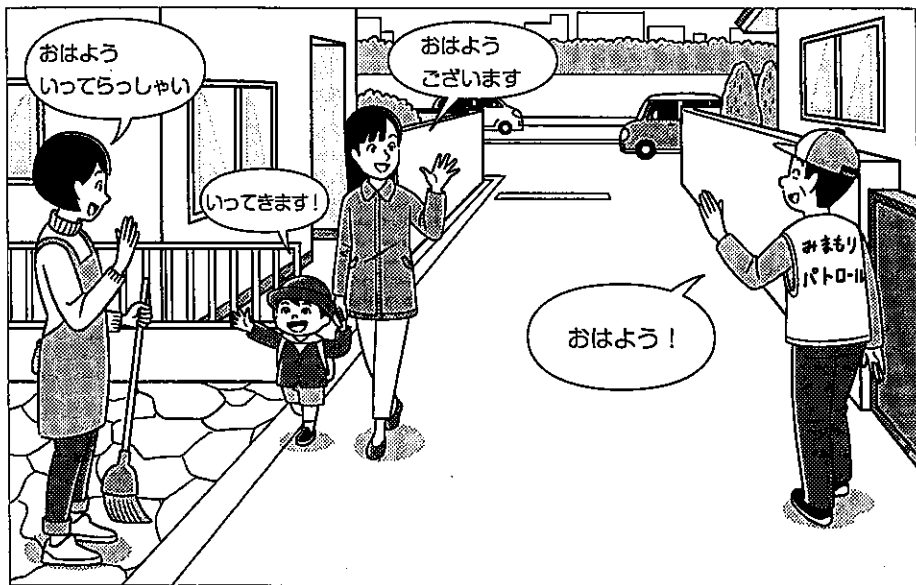
監修 全国学校安全教育研究会／東京都荒川区立南千住第二幼稚園 園長 立石晃子先生



子どもを見守る地域づくりは 気持ちの良い挨拶から

子どもたちが安全な日々を送っていくには、それぞれの家庭だけではなく、地域全体で子どもたちの成長を見守っていき、結びつきの強い地域づくりも必要です。人と人とのコミュニケーションの基本となる「挨拶」の大切さを子どもに伝えていきましょう。

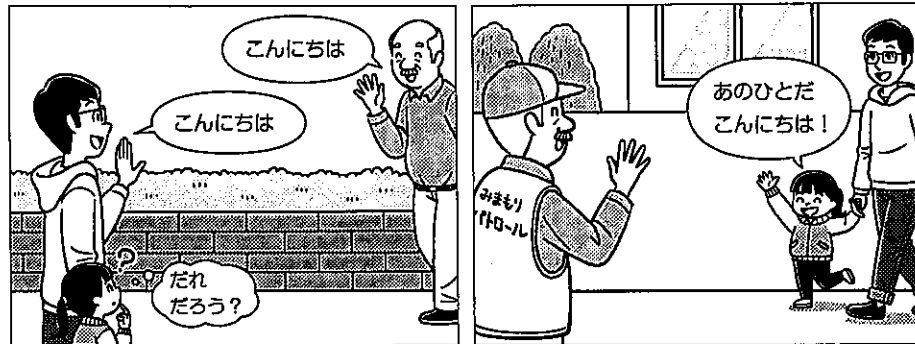
みんなは あいさつ できるかな？



げんきに あいさつ を すると きもちが
いいし して いる ひとが ふえるよ。

保護者の方へ 通園時や散歩の時など、普段からよく出会う人たちと交わす気持ちの良い挨拶は、「ご近所さん」との良好な関係を構築するために大切です。そして、地域コミュニティの人と人との結びつきを強めていくことで、地域全体の目で子どもたちの成長と安全を見守っていきけるような地域づくりをしていきましょう。

あいさつで して いる ひとを ふやそう



して いる ひとが しらない ひとが
わからない ときは おうちの おとなの
ひとが あいさつ を して いる ひとを
おぼえて みんなも あいさつ を しよう。

保護者の方へ 保護者の皆さんが近所の人たちと親しく挨拶を交わす姿を見せることで、その人の顔や人柄は子どもにも伝わっていきます。そして、良好な関係の「ご近所さん」を増やしていくことは、やがて子どもたちだけで行動するようになった時、「知っている人」と「知らない人」を判断する助けにもなるでしょう。

している ひとが たくさん いると



こまった ときに たすけて もらえるよ。

保護者の方へ 信頼できる「ご近所さん」がたくさんいれば、思わぬ事故やトラブルに遭った時に、心強い助けになってくれるでしょう。そのためにも普段から良好な関係を築き、互いに助け合う地域にしていきたいと思います。

たのしくたべようニュース

知っていますか？ 食物アレルギー

食物アレルギーとは、原因となる食品によって、じんましんや口や目の周りのかゆみや腫れ、せきなどの症状が起こることです。食物アレルギーは誰でも発症する可能性があるため、お子さんが食物アレルギーを持っている方も、そうでない方も、症状や原因になる食品などについて正しく理解することが大切です。

症状は子どもによってさまざま

皮膚

じんましんや皮膚のかゆみ、赤み、湿しんなど。食物アレルギーの中で、もっとも多い症状です。

粘膜

目の充血、目の周りのかゆみ、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、口の中や唇の違和感、腫れなど。

消化器

腹痛、下痢、気持ちが悪く、吐き気・おう吐など。

アナフィラキシー

皮膚、呼吸器、消化器などの複数の臓器に重篤な症状が同時に起こることです。アナフィラキシーショックとは、血圧の低下や意識の障害が起こり、命が危険な状態になることです。



神経

元気がない、ぐったりする、意識がもうろうとなる、尿や便を漏らすなど。

呼吸器

せき、息苦しい(呼吸困難)、ゼーゼー・ヒューヒューする(ぜん鳴)など。

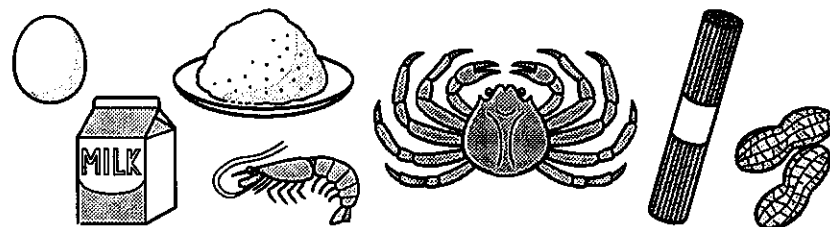
循環器

脈が速い、脈がふれにくい、手足が冷たい、唇や爪が青白い(チアノーゼ)など。

お子さんが食物アレルギーかもしれない場合は、自己判断をせずに必ず医師の診断を受けてください。

食物アレルギーの原因になりやすい食品

消費者庁では、28品目を食物アレルギーを引き起こしやすい食品とし、特に重篤度・発症数が多い「卵・牛乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)」の7品目を加工食品などの原材料として使用した際には、表示するように義務づけています。



加工食品の原材料表示をチェックしましょう

必ず表示されている7品目

卵・牛乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)

表示が推薦されている21品目

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

Q. 食物アレルギーはずっと続きますか？

A. 成長と共によくなることもあります。

子どもに食物アレルギーが多いのは、消化吸収や免疫の仕組みが未発達なことが一因と考えられます。鶏卵・牛乳・小麦などが原因の場合、体の成長と共に消化吸収や免疫の仕組みが発達すると、症状が改善されて食べられるようになる場合が少なくありません。ただし、これ以外の食品では治りにくいこともあるので、医師の指示に従って治療を続けましょう。

