



令和7年度 第三あおい幼稚園 えんだより はらっぱ



月	火	水	木	金	土	日
		1 衣替え	2	3	4	5 うんどうかい
6 代休 (1号認定)	7	8 発育測定	9 体育教室 (年中児・年長児)	10 尿検査配布日 いもほり	11	12
13 スポーツの日 	14 交通安全指導	15 尿検査提出日	16 園外保育 (年少児・年中児・年長児)	17 スイミングスクール (年長児)	18	19
20 なかよし運動会 (年長) 振興大会	21 内科健診 (13:30~) ※全園児	22 避難訓練	23	24 園外活動 (年長児) 特別保育申し込み 締切日	25	26
27	28 防犯訓練	29	30 誕生会 (10月生まれのお友達)	31		

～11月行事予定～

- ・11/3(月) 南太閤山文化祭 (年中児・年長児)
- ・11/13(木) 11月生まれ誕生会
- ・11/27(水) キラキラ発表会(年少児・年中児)

おしらせ

育児休暇をとっておりました 保育教諭が10/1より復帰いたします。よろしくお願いします。

※入園願書受付開始 10月1日より

2026年度の1号認定入園願書(受付)・2号認定・3号認定申請書(配布)が始まります。ご近所、お知り合いの方に該当するお子さんがおられましたら、ぜひお声かけをお願いいたします。願書等は園にありますのでよくお願いいたします。

衣替え 1日より(3歳以上児)



1日より、夏服から冬服になります。ブレザーを着用しますので、ボタンが取れていないか、袖丈は大丈夫か、など確認しておいて下さい。又、着替え袋を持ち帰りますので下着類等の中身の入れ替えもお願いします。1週間程度は、移行期間としますので、白ポロシャツor白ブラウスでの登降園でも構いません。体操服の長袖、長ズボン、は、天候・体調に合わせて持たせて下さい。服装は、下記の通りです。↓

第46回 うんどうかい 5日

ブレザー・白ポロシャツorブラウス・制服の半ズボンorスカート★
ブレザーに名札を付ける ★靴下は自由

10月5日に運動会を開催いたします。皆様のご来園お待ちしております。詳しくは配布しましたおたよりをご確認ください。(雨天の場合10/6順延)

※10/6が雨天の場合は10/7に職員と子ども達で行います。保護者の方の観覧出来ます。

※5日(日)に運動会が開催となった場合は1号認定のお子さんは、6日(月)は代休となりますのでよくお願いいたします。1号認定の方で仕事の都合により預かり保育を希望される方は事前に園までお知らせ下さい。

園外保育 16日(3歳以上児)



秋の心地よい風を受けながら園外保育に出かけたいと思います。

詳細は後日お知らせします。

この日は、天候に関わらずお弁当をお持たせください。行先：歌の森公園
(3歳以上児は給食はありません)

なかよし運動会(年長)20日



中太閤山地域にある幼稚園・保育園の年長児のお友達みんなで第一回交流会(なかよし運動会)を開催します。総勢80名の集合です(*^_^*)

園外活動(年長)25日

あおい幼稚園のさく組さんと一緒に、砺波青少年自然の家に出かけます。
詳しくは後日改めてお知らせを配布しますのでご確認ください。

うんどうかいスナップ写真販売
(うさぎ組・3歳以上児)

期間：10月17日(金)～
10月24日(金)まで

【ヒロシフォトさん撮影分】
期間中お忘れのないようにお願いいたします。



2学期の大きな行事の一つが運動会です。この行事をきっかけに、子どもたちがグーンと成長を見せてくれます。それは、「運動会」本番までに、様々な活動を経験し、それを積み重ねるからです。何をするか考える・行動する・話し合う・また考える。この繰り返しが幼稚園の毎日です。行事を一つのきっかけとして成長を見せてくれる子ども達を、これからも温かく見守って上げてください。

運動会に至るまでとその余韻

力いっぱい元気に活動する・協力して最後までやり遂げる・約束を守って参加するという経験から、仲間意識や集団行動でのルールを学んできている子どもたちです。本番が終わってもその余韻を楽しみながら運動遊びが継続していきます。「自分もやってみたい」ことへの挑戦も始まります。子どもたちの「やってみたい」を大切にし、さらに工夫を加えて豊かな遊びが生まれるのが楽しみです。

繰り返しお知らせしたいこと

夜更かしの悪循環

夜更かし→自立起床できない
→寝起きの気分が悪い
→朝食がいい加減→排便不規則
→朝から疲れている
→集中力がない→イライラする
→日中の活動レベルが低い
→体温上昇しない
→寝つきが悪い→夜更かし
生活習慣は、一度リズムを壊すと取り戻すのが大変です。

子どもたちの健康の為、日々の生活パターンを確認しましょう。

◎移り行く季節の中で



この頃は、春から夏そして秋へと移行する季節の変化が、分かりにくくなってきているような気がします。

急に暑くなったりいつまでも涼しくならなかったり…

それでも、落ち葉や紅葉、結実等 秋への歩みは進んでいるようです。

園では、ちょっとした変化も見過ごすことなく、子どもたちが「感じた心」に向き合っていきたいと思っています。

お家でも季節の話題に触れてみてはいかがでしょうか？

子どもからの言葉に、大人が気付かされることがあるかも知れません。

思いがけない成長を感じられるかもしれません。

お子さんとの会話を楽しんでください。

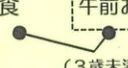
◎給食費・保育料等納入金について

10月納入金は、27日（月）となります。

引き落とし手続きが間に合わない場合は、現金での納入になります。



10月 献立カレンダー

月	火	水	木	金	土
【お知らせ】 ・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。 ・☆印は手作りおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 27日(月)はさつまいもです。 ・✳印は「射水市20さいおめでとう給食」です。		1 牛乳・プリッツ (ごはん) 白身魚の磯辺天 ひじきの炒め煮 なめこのみそ汁	2 牛乳・鉄塩せん (ごはん) 卵とじ おかか和え 白菜のみそ汁	3 黄桃缶 (ごはん) 小松菜焼きそば ポイルウインナー 中華スープ	4 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
		牛乳・チーズサンド	牛乳・☆かぼちゃ蒸パン	牛乳・味しらべ	幼児ぶどう・お菓子
6	7 十五夜 献立✳	8	9	10 目の愛護デー献立	11
牛乳・たべっこBABY (ごはん) 厚焼き卵 甘酢漬け すき焼き煮風	牛乳・星たべよ (ごはん) うさぎ型ハンバーグ(ケチャップ付) 春雨サラダ おいものみそ汁 お月見ゼリー	にんじんゼリー (ごはん) 里芋コロッケ ツナサラダ ワンタンスープ	牛乳・たまごのサブシ (ごはん) 秋の焼き肉 三色和え たまごスープ	牛乳・マンナウエファー (ごはん) 鮭のちゃんちゃん焼き風 粉ふき芋 きのこのすまし汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
牛乳・まがりせんべい	牛乳・ムーンライト	牛乳・まんまるソフトせんべい	牛乳・☆マカロニあべかわ	ブルーベリーゼリー	りんごジュース・お菓子
13	14 (卵・乳・小麦なし)	15	16	17 ✳	18
 スポーツの日	むらさきいもせんべい (ごはん) 厚揚げのそぼろあんかけ やみつきキャベツ ごぼうのみそ汁	牛乳・アンパンマンのおやさいせんべい (ごはん) ささみレモン きゅうりとパインのサラダ コーンスープ	牛乳・いちごちゃんクッキー (ごはん) 魚のかば焼き風 野菜ソテー 小松菜のみそ汁	牛乳・にんじんせんべい (ごはん) 射水の秋彩ソテー 茹でブロッコリー かけ中華 ムズムズお祝いデザート	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	豆びよいちご・味付小魚(ハイハイ)	牛乳・豆乳クッキー	牛乳・こめ棒くん(やわらかおかきうす)	牛乳・おにぎりせんべい	野菜&フルーツ・お菓子
20	21	22	23 ✳	24	25
バナナ (ごはん) 赤魚の煮付け 白菜とりんごのサラダ 大根のみそ汁	牛乳・白い風船 (ごはん) ミートローフ キャロットラペ わかめスープ	牛乳・豆乳ウエハース (ごはん) ◆洋風すりみ揚げ ほうれん草としめじのごま和え かぼちゃのみそ汁	牛乳・ビスコ (ごはん) 鮭フライ オーロラソースかけ ブロッコリーとさつまいものごま和え きらきらすまし汁	牛乳・ハーベストセサミ (ごはん) 鶏肉のオレンジソース きゅうりのカリコリ漬け チンゲン菜のスープ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
牛乳・カリポテミニ	牛乳・ハッピーターン	牛乳・こぶ柿	☆フルーツポンチ	牛乳・ごぼうおかき	きになる野菜(キャロット)・お菓子
27 ◎きときとの日	28 (卵・乳・小麦なし)	29	30 ✳●誕生会✳	31 ✳●	日付
牛乳・チョイス (ごはん) お好みあられ揚げ 海藻サラダ 豆腐のみそ汁	りんごジュース・のりわかめせんべい (ごはん) 鮭の塩焼き ◆柿なます 豚汁	牛乳・カルシウムせん (ごはん) チンジャオロース もやしのナムル 水菜ときこのスープ	牛乳・ねじねじ (ごはん) カレーライス えびフライ 兄弟和え	牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) お祝いちらし寿司 ムズムズコロッケ きゃべつの即席漬け とろろ昆布付きすまし汁	主 食 午前おやつ  (3歳未満児) 昼食献立
牛乳・小麦胚芽のクラッカー	☆大学芋	牛乳・ばかうけごま揚げ	牛乳・源氏パイ	牛乳・ばりばりパンキン	午後おやつ

※飲み物がない日はお茶が付きます

朝夕の気温が低くなり、秋の気配を感じる季節になってきました。これからの季節は食べ物が一段と美味しくなり、お米、野菜から果物、魚とおいしい食べ物が豊富な時季です。また、射水市では、給食の先生が射水産のきときとな旬の食材を使って「射水きときとの日」給食をしています。今年度は射水市が20周年を迎え「射水きときとの日」給食も20年を迎える記念の年です。11月1日の射水市20周年のお祝いに、射水市をイメージした給食を提供します。みんなで、いみずし 20さい をおいおいしましょう！

いみずの秋のきときと大集合！



今月の食材：ブロッコリー



ブロッコリーは、開花前のつぼみを食べる花野菜です。原産地はイタリアを中心とする地中海沿岸、日本へは明治時代の初期に伝えられたといわれています。ブロッコリーには、ビタミンCがレモンの約2倍も含まれており、ビタミン類やミネラル類、食物繊維も豊富な緑黄色野菜です。さらに、抗酸化作用が高いとされる、スルフォラファンという成分が含まれることでも注目されています。

今月のレシピ「ブロッコリーとさつまいもの胡麻和え」

●材料（1人分）

・ブロッコリー	20g
・さつまいも	40g
・白すりごま	2g
・砂糖	3g
・しょう油	4g

●作り方

- ① ブロッコリー、さつまいもは一口大に切る。
- ② ①を茹でる。
- ③ 白すりごま、砂糖、しょう油を混ぜ、加熱する。
- ④ ②と③のあら熱がとれたら、和える。

金山保育園給食先生
のすすめ！

あたたかいまま和えて、温サラダにしてもおいしいですよ。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】ブロッコリー の もとの やさい は どれでしょう？

- ①カリフラワー ②キャベツ ③アスパラガス

答えは下にあります

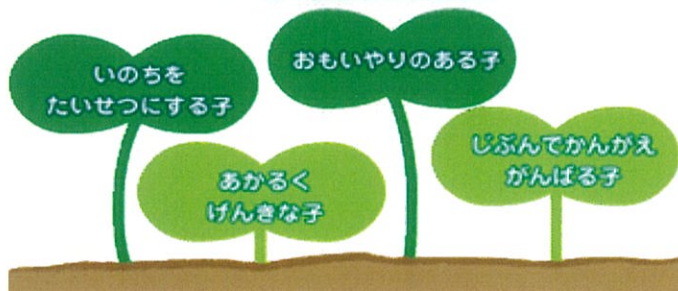


教育理念

生かせるのち

すべてのものにいたわりと思いやりの心もち、社会の一員としての責任を果たす個性豊かな人間を育てることを目的とする。

教育目標



げんきいっぱい！
みんななかよし♪
第三あおいっ子の
10月は…

5歳児 あじさい組

- 共通の目的に向かって友達と協力し、自分の力を発揮して取り組もう。
- 秋の自然に触れたり、収穫の喜びを味わいながら、季節の変化に興味を持とう。

4歳児 こすもす組

- 友達と戸外で運動遊びをしたり、秋の自然に触れたりして遊ぶことを楽しもう。
- 目標に向かって友達と協力して取り組み、達成感を味わおう。

3歳児 つつじ組

- 友達と一緒に活動に参加し、協力する楽しさを感じよう。
- 戸外で虫探しや落ち葉や木の実を観察し、秋の自然に触れて遊ぼう。

2歳児 うさぎ組

- 見たり触れたりして、秋の自然に親しもう。
- 保育者や友達と一緒に遊ぶ楽しさを味わおう。

1歳児 ひよこ組

- 先生や友達と一緒にたくさん体を動かして、元気いっぱい遊ぼう。
- 秋の自然に触れて、いろいろな発見を楽しもう。



歌ってみよう♪

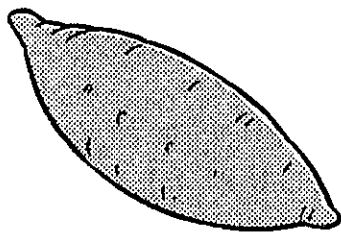
- うんどうかいの歌
- やきいもグーチャーパー
- どんぐりころころ
- まつぼっくり など

たのしくたべようニュース

いろいろな **いも** が大集合!

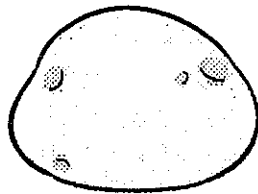
秋に、さつまいもなどのいも類が旬の時期を迎えます。いろいろないもを味わいつつ、それぞれの特徴を見てみましょう。

さつまいも



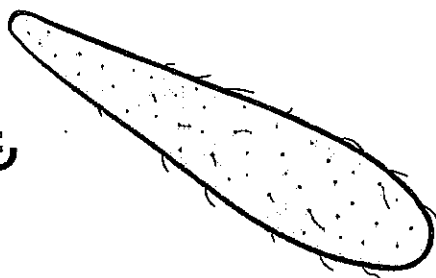
さつまいもは、ヒルガオ科のつる性の多年草です。食べている部分は根で、根が膨らんで大きくなり、でんぷんを蓄えたものです。さつまいもは、ほかの作物が育たないようなやせた土地でもよく育つため、昔は飢饉などの救済食として重宝されました。

じゃがいも



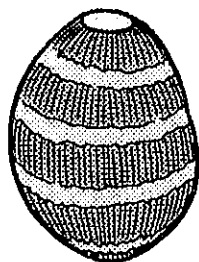
じゃがいもは、トマトやピーマンと同じ、ナス科の植物で、おもに春と秋が旬です。普段、わたしたちが食べているのは、地下にもぐった茎（塊茎）の部分になります。じゃがいもは、いも類の中では、世界でもっとも多く栽培されているそうです。

ながいも



ながいもは、ヤマノイモ科のつる性の多年草です。ながいもは、水分が多く、さくさくとした食感が特徴で、やまのいも類の中でも、一番多く栽培されています。やまのいもは、そのまま生で食べることができる、数少ないいもです。

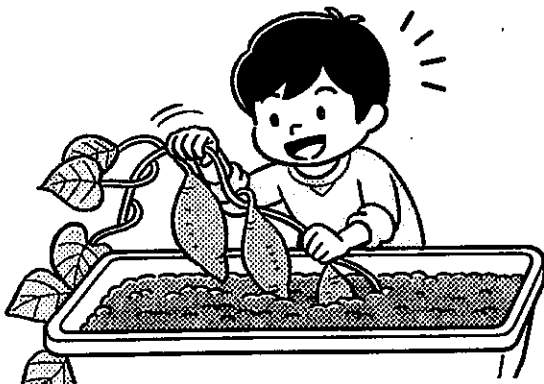
さといも



さといもは、サトイモ科の一年草で、春にいもを植えて秋に収穫します。食べている部分は根ではなく、地下の茎（球茎）が太った部分で、ねっとりとしたぬめりがあるのが特徴です。さといもの歴史は古く、縄文時代に日本に伝わっています。

さつまいもを
身近に!!

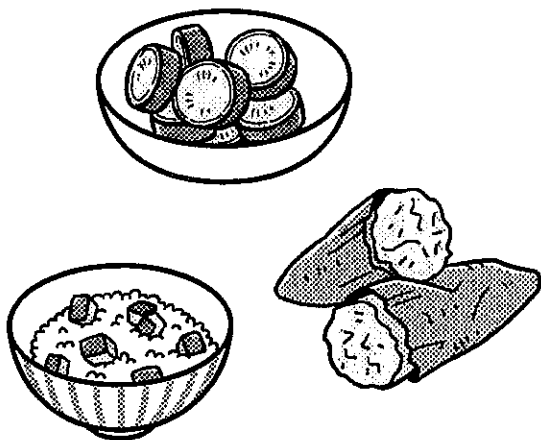
さつまいもの収穫を体験しよう



さつまいもを家で栽培したり、農園などで収穫体験をしたりすると、さつまいもをより身近に感じることができます。さつまいもがどんなふうに見えるのか、見て、土に触れて、掘り起こすことは、五感を通した体験になります。また、自分で収穫したさつまいもを食べることは、自然の恵みに気づき、食への関心も高めることができます。

秋が旬!

いろいろな料理でさつまいもを味わいましょう

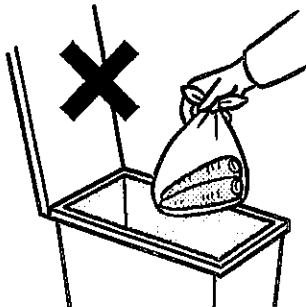


さつまいもは、加熱すると甘みが増すのが特徴です。そのままふかしたり、焼いたりするだけで、おいしく食べることができます。大学いもやスイートポテト、炊き込みごはんのほか、塩やしょうゆとの相性もよいので、みそ汁や魚介、肉との煮物、炒め物にも合います。おかずでも、おやつとしても楽しめるさつまいもを味わいましょう。

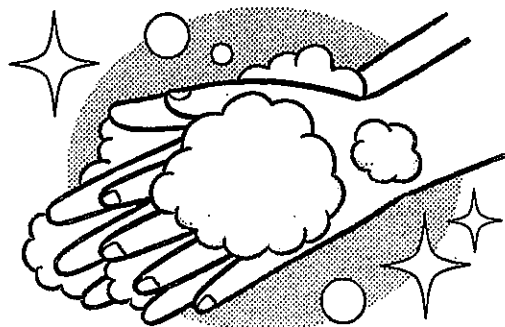
10月は

食品ロス 削減月間

本来食べられるのに捨てられてしまう食品＝食品ロスが、数多く発生しています。家庭の食品ロスを減らすためには、買い物時に「買い過ぎない」、料理をつくる際に「つくり過ぎない」、外食時には「注文し過ぎない」、そして料理を「食べ切る」ことが大切です。



10月15日は 世界手洗いの日

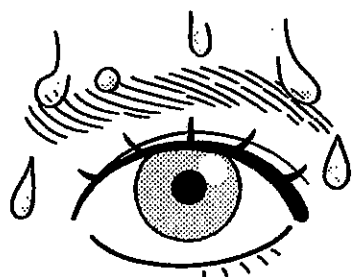


食事の前にしっかり
手を洗いましょう!!

ほけんニュース

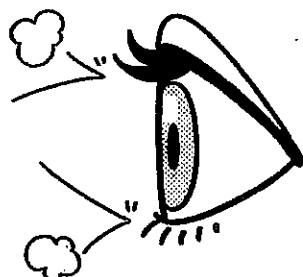
ほこりや ごみから **目** **を** **守** **る** しくみ

まゆげ



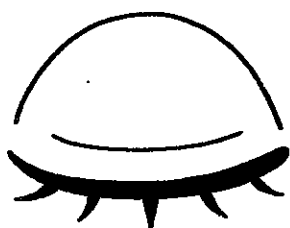
汗が、まぶたにかかったり、目に入ったりするのを、防いでいます。

まつげ



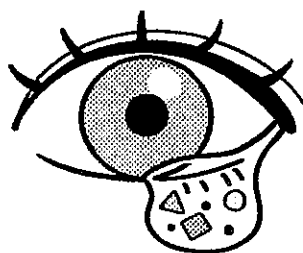
ほこりやごみを払い、目に入りそうになる時に、感じ取って、目を閉じます。

まぶた



まばたきをして目の乾燥を防ぎ、ごみや強い光が目に入らないようにします。

なみだ



目の表面に流れて乾燥を防ぎ、ごみを洗い流し、目を保護する役割があります。

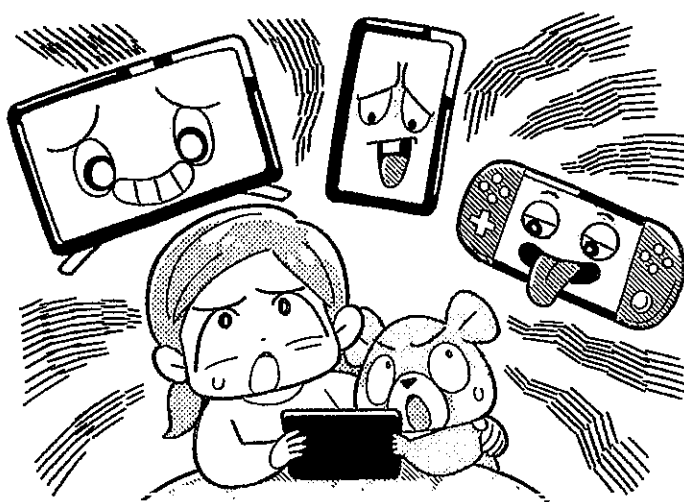
視力が低下する子どもが増えています

近年、子どもの近視の増加は、デジタル機器の使用増加や外遊びの減少が影響していると考えられます。

デジタル機器は時間を決めて使い、外遊びを増やすことが大切です。

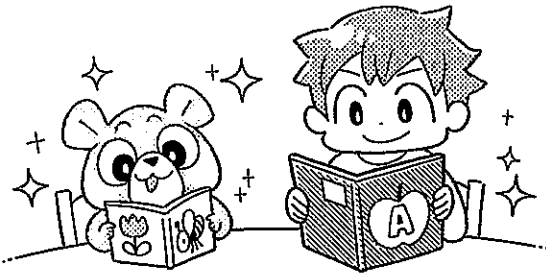
文部科学省の調査では、視力が1.0に満たない幼児は、平成8(1996)年度に21.4%だったのが、令和6(2024)年度には26.5%に増えています。

出典 文部科学省「令和6年度学校保健統計」「平成8年度学校保健統計」



目の健康を守る生活習慣

よい姿勢を心がける



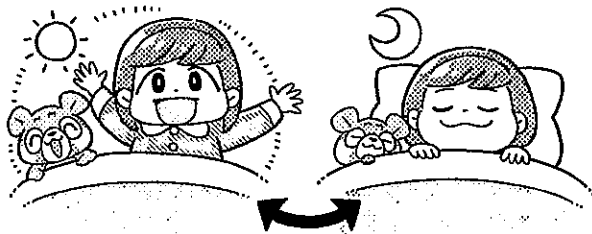
姿勢が悪いと、目と物の距離が近くなり、近視がすすむことがあります。本を読む時などは、よい姿勢を心がけましょう。

外遊びをする



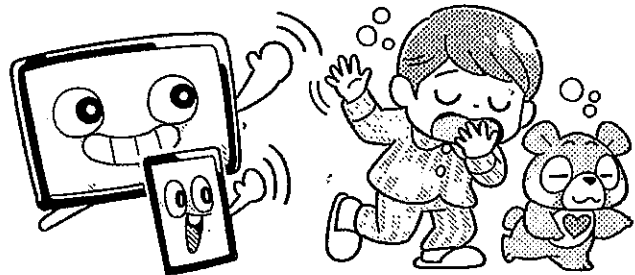
室内では近くを見る遊びが増えることや、太陽光が近視の進行を防ぐことなどから、外で遊ぶことがすすめられています。

規則正しい生活を身につける



乳幼児期は生活習慣を育む大切な時期です。デジタル機器の利用は、保護者が調整し、早起き早寝などの生活リズムを大切にしましょう。

寝る前は画面を見ない



デジタル端末から出る光を、夜に浴びてしまうと、体内時計が乱れやすくなるので、寝る前は使用を控えるようにします。

やってみよう！ ノーメディアデー



けんこうくまちゃん

1か月に1回、テレビやスマートフォン、タブレットなどのデジタル機器を使わない「ノーメディアデー」を、家族みんなでチャレンジしてみましょう。長時間のデジタル機器の使用は、視力の低下や睡眠不足など、子どもたちにいろいろな影響を及ぼします。

ノーメディアデーには、外遊びや絵本の読み聞かせ、折り紙やカードゲーム、親子で料理などに取り組んでみてください。