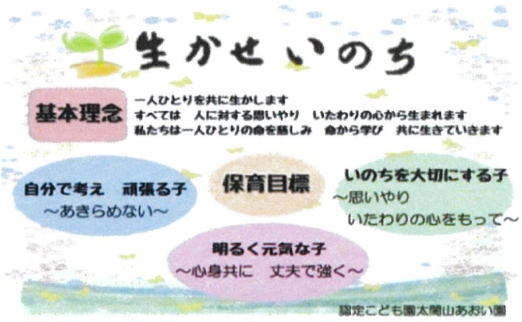
令和8年度　認定こども太閤山あおい園・えんだより

なかよし



認定こども園太閤山あおい園



11月の予定

行事予定		お知らせ
1 日（日）		朝晩冷え込むようになってきました。防寒着にはお子さんがかけやすいように、襟のところに紐をつけてください。名前の記入をお願いします。 また、制服登園の際（以上児）寒いと思われる方は、制服半ズボンorスカートの下に黒スパッツや黒レギンスを履いてください。
2 日（月）		
3 日（火）	文化の日	
4 日（水）		
5 日（木）		
6 日（金）	スイミング（ぞう）・尿検査（全園児）	
7 日（土）		
8 日（日）		
9 日（月）	発育測定週間　資源回収	**【おねがい】** 日が暮れるのが一段と早くなってきました。降園の際は子どもの安全確保のため、駐車・車の発進に細心の注意をお願いいたします。また、駐車場内外では必ずお子さんと手をつなぎ、事故に遭わぬよう気をつけてください。登降園の際は駐車場が込み合いますので、登園、降園後は速やかにお帰りください。よろしくお願いいたします。
10 日（火）		
11 日（水）		
12 日（木）		
13 日（金）		
14 日（土）		
15 日（日）		
16 日（月）	誕生会	
17 日（火）		
18 日（水）		
19 日（木）	避難訓練	
20 日（金）	交通安全指導	※　11月特別保育申し込み締め切り日
21 日（土）		
22 日（日）		
23 日（月）	勤労感謝の日	
24 日（火）		**年長児遠足** **写真販売（ヒロシフォトさん撮影）** ＜販売期間＞ **11/18(水)～25(水)まで** インターネット上での写真販売を行います。販売期間を過ぎますと閲覧できなくなりますので、販売期間をご確認ください。
25 日（水）		
26 日（木）	器楽指導（以上児）	
27 日（金）		
28 日（土）		
29 日（日）		
30 日（月）		

【今後の予定】

- 12月 1 日(火)　キラキラ発表会予行練習（以上児）
- 4 日(金)　キラキラ発表会ラポールリハーサル（以上児）
- 5 日(土)　キラキラ発表会（以上児）
- 9 日(水)　陶芸体験（ぞう組）
- 10日(木)　誕生会
- 14日(月)　陶芸体験（らいおん組）
- 16日(水)　もちつき
- 18日(金)　クリスマス会
- 21日(月)　終業式
- 22日(火)　冬休み（～1/7まで）

鷹　寺　学　園
INFORMATION

急な気温低下に体調を崩すお子さんが増えています。お子さんの体調変化にご留意ください。
園でのどの活動も、日々の経験の積み重ねの上にあるものばかりです。
運動会の経験をきっかけに、製作や遊び等、様々な活動への取り組みに、積極性がみられるようになってきていると思います。
製作活動にも楽しく取り組んでいます。園では、子どもの「成長へのきっかけ」がたくさん生まれる活動を、これからも工夫していきます。
保護者の皆様には、今後も温かい目で子ども達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。

◎経験をいかそうとする子ども達



行事を経験してきた子ども達は、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。
友達と、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。
私達は、いろいろな場面を通して、子ども達への言葉がけに工夫をしていきます。
子ども達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　子ども達のより良い成長を促していきます。

◎心の健康を保つために



「メンタルヘルス」という言葉を耳にしたことがあると思います。
メンタルヘルスとは「こころの健康状態」を意味します。
心が軽い、力が沸いてくるといった感覚と同じように、穏やかな気持ち、やる気が沸いてくるような気持の時は心が健康といえます。
大人同様に、子どもも、日々の生活でストレスを感じることがあります。
心の健康を保つために、前向きな言葉・元気になる言葉・優しくなれる言葉・笑顔で一杯になる言葉を、子どもたちに沢山かけてあげたいですね。
そして笑顔になった子どもたちから、私たち大人は日々の元気をもらえるのではないでしょうか。私たちは、子供たちの笑顔の為に、明るく声をかけていきます。

◎給食費・保育料等納入金について

11月納入金は、２５日（水）となります。

11月 献立カレンダー

毎月19日は 食育の日

令和８年１１月
認定こども園
太閤山あおい園

月	火	水	木	金	土	日
【おねがい】 10日は3歳児、4歳児、5歳児は家庭から持ってきたごはんで『おにぎり』作りを体験したいと思います。忘れずに『ごはん』の準備をおねがいします。						1 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ プリン ジュース・お菓子
2 (ごはん)　牛乳　アガ゛ンウエハースケット 麻婆豆腐 水菜と切干大根のはりはり チンゲン菜のスープ 牛乳・瀬戸の汐揚げ	3　文化の日 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	4 (ごはん)　牛乳　むらさきいもせんべい さばのみそ煮 納豆和え じゃが芋のみそ汁 ☆揚げパン	5 (ごはん)　牛乳　たべっこ動物 ふわふわ卵 コールスロー ビーフンスープ ☆マスカットゼリー	6 (ごはん)　特別牛乳　☆お飾ラスク ささみレモン ゆかり和え なめこのみそ汁 牛乳・里たべよ	7 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	8 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ヨーグルト ジュース・お菓子
9 (ごはん)　コーンフレークの牛乳がけ 牛肉コロッケ スパゲッティサラダ 卵入りコーンスープ 牛乳・ベジたべる	10　◎射水ときとの日 (ごはん)　牛乳　ねじねじ 鮭の塩焼き 五目きんぴら すりみ汁 ☆きゃベツナロール	11 (ごはん)　牛乳　マンナウエファー エビシュウマイ 即席漬け せんべい汁 牛乳・バナナ	12 (ごはん)　牛乳　ビスコ チャプチェ ツナ和え 水菜のスープ ☆ふかし芋	13 (ごはん)　牛乳　さんまのプリせんべい ヒレカツ やみつきブロッコリー クリームシチュー 牛乳・ミレービスケット	14 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	15 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ プリン ジュース・お菓子
16　●　誕生会 牛乳　シガーフライ カレーライス ボイルウインナー 変わり和え 牛乳・ソフトサラダ	17　◎射水ときとの日 (ごはん)　牛乳　かぼちゃポーロ アジフライ(タルタルソース) ドレッシング和え 具だくさん汁 ☆さといものみそ田楽	18 (ごはん)　牛乳　ほうれん草のおせんべい 厚焼き玉子 かぶの甘酢和え 洋風肉うどん ☆あわせるゼリー	19 (ごはん)　牛乳　きなこもち チキンロール こまった菜おいしい菜 大根のみそ汁 牛乳・ロアンヌバニラ	20 (ごはん)　黄桃缶 エビフリッター マセドアンサラダ コンソメスープ 牛乳・やわらかおかき(コンポタ味)	21 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	22 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ヨーグルト ジュース・お菓子
23　勤労感謝の日 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	24　和食の日献立 (富富富)　牛乳　がんばれ射高家族 野菜のかき揚げ ひじき煮 すまし汁 牛乳・白えび紀行	25　(卵・乳・小麦なし) (ごはん)　花花せんべい 魚の竜田揚げ ◆いとこ煮 しめじのみそ汁 野菜生活・お米deプリンタルト	26　◎射水ときとの日 (ごはん)　牛乳　ほしのおせんべい 焼きそば 茹でブロッコリー ワカメスープ ☆キャロットプリン	27　(卵・乳・小麦なし) (ごはん)　にんじんせんべい ごぼうと牛肉の炒め煮 ほうれん草ともやしのおひたし 秋の味覚汁 きになる野菜・スティックケーキ	28 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ ゼリー ジュース・お菓子	29 ジュース　お菓子 パン お魚ソーセージ チーズ プリン ジュース・お菓子
30 (ごはん)　牛乳　カルデウエハース ハムカツ もやしのごま和え むらくも汁 牛乳・原宿ドック	日付 (3歳未満児　主食)　3歳未満児　午前おやつ 昼食献立 午後おやつ	【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。(16日) ・☆印は手づくりおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「射水ときとの日」です。 10日はキャベツ、17日は里芋、26日は にんじん です。 24日の和食の日は、だしのおいしさが味わえる給食になっています。				



射水ときとの日
射水市産のときと食材を使って給食やおやつを作る日です。

食育だより

いいにほんしょく
11月24日は「和食の日」

秋も深まり朝晩はめっきり冷え込む季節になりました。日本の秋は「実り」の季節であり、「自然」に感謝し、来年の五穀豊穣を祈る祭りなどの行事が全国各地で盛んに行われる季節でもあります。日本の食文化にとって重要な秋の時期に、「和食」について認識を深めましょう。

和食の特徴

バランスよく栄養素がとれる

和食の基本「一汁三菜」は「ごはん」を中心に「汁もの」や「おかず」を組み合わせた献立です。さまざまな食材の組み合わせで、栄養素をバランスよくとることができます。



「だし」のうま味が減塩につながる

「だし」のうま味は素材の味を引き立てるので、調味料が少なくても美味しく食べられます。



こんぶ	かつお節	にぼし	干ししいたけ
グルタミン酸	イノシン酸		グアニル酸
消化を促進する	丈夫な身体を作り血流をよくする		血中コレステロールを下げる

煮干しだしのとり方

①煮干しは頭とはらわたの部分をとり、大きいものは縦二つ割にする。
②鍋に水１ℓと煮干し30gを入れ30分ほどおく。
③鍋を弱火にかけ、アクが出てきたらとる。軽く煮立たせながら６～７分煮出す。
④ザルに布巾等をしき、静かにこす。

和食の日献立の主食は、射水市産の“富富富”です！
あたたかい白米のおいしさを そのまま味わって食べましょう！

富富富は
・米粒がしっかりしていてベタつかない
・冷めてもかたくなりにくい
・あっさりとした口当たりでどんな料理でも合う

射水ときとの日

今月の食材： さといも



さといもの主成分はでんぷんで、このでんぷんは加熱すると消化吸収しやすくなります。また、食物繊維も豊富で水分が多いため、いもの中ではもっとも低カロリーです。
さといものぬめり成分は免疫力を高める効果があるといわれています。



【クイズ】「さといも」はどこの部分を食べているでしょう？
① 茎　②葉っぱ　③根っこ

答えは下にあります

今月のレシピ「 さといもの味噌田楽 」

小杉西部こども園給食先生のおすすめ！

●材料（１人分）

	・さといも	40g
A	・みそ	5g
A	・みりん	0.5g
A	・さとう	7g
A	・料理酒	1g

●作り方
①さといもは皮をむき、食べやすい大きさに切って茹でる。
②Aを鍋に入れて火にかけ、味噌田楽をつくる。
③茹でたさといもと味噌田楽を絡める。

さといもがねっとりほっくり！
さといもは、揚げたり蒸し焼きにしてもおいしいですよ！



【答えは①】　土のなかで葉が丸く大きくなったものがさといもです。