



10月号

2024年9月25日発行

いずみこども園

長かった夏の暑さも多少は和らぎ、朝・夕のひんやりとした風や虫の音に秋の気配を感じるようになりました。子どもたちは、運動会で行う鼓隊や遊戯の練習をして元気に過ごしています。運動会当日には、お子様の可愛い姿やたくましく成長した姿を見ていただけたと思います。

10月は一年中で最も気持ちのよいさわやかな時期です。日々成長する子どもたちと一緒に充実した毎日を送りたいと思います。

2024/10/1

10月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
		1 身体測定 サッカー	2 お誕生日会 	3	4 体教スポ教	5
6	7 	8 予行① サッカー	9	10 きく体教	11 体教スポ教	12
13	14 スポーツの日	15 予行② サッカー	16 ふじ園児大会	17	18 体教スポ教	19 運動会
20	21	22 運動会予備日	23 芋ほり遠足 (ふじ・さくら組)	24 きく体教	25 体教スポ教	26
27	28 弁当日 さくら遠足	29 サッカー	30 歯科検診	31		



お知らせとお願い

- ◇ 幼児クラスは、午睡後の着替えを運動会終了後までとしますので、10月21日（雨天：23日）以降は、用意はおりません。
- ◇ 水筒は、10月31日（木）まで持って来て下さい。以降は、園で沸かしたお茶を各自のコップで飲めるようにしていきます。
- ◇ きく組以上のクラスでは、上靴を運動会終了後（21日、雨天:23日）より使用していきますので、ご準備ください。（園でも販売しています。）
- ◇ 10月10日に10月分の保育料・諸費の口座振替をさせていただきます。前日までに入金をお願いいたします。



10月の主な行事予定

16日(水) 園児大会 (ふじ組) 宇治市内の民間保育園・こども園の年長児が太陽が丘運動公園に集い運動会をします。詳細は、別紙をご覧ください。

19日(土) 運動会
赤ちゃん組・うめ組 9:00～9:45

〔**予備日**〕 ゆり組・きく組・さくら組・ふじ組 10:00～12:00 の予定で運動会を行います。運動会終了後は、お子さんと一緒にお帰り下さい。保育はありません。

22日(火) 当日、雨天の場合も保育はありませんのでご協力をお願いします。今年度は、保護者の人数制限はありません。親子競技を予定しているクラスもあります。なお、安全確保のため**小学生の入場は不可**といたします。

23日(水) 芋ほり遠足 笠取ファームの芋畑に行きます。
(ふじ・さくら組) 詳細は、別紙でお知らせします。

28日(月) 遠足 京都水族館に行きます。8時30分までに登園してください。詳細は、別紙でお知らせします。
(さくら組)

30日(水) 歯科検診 今年度2回目の検診です。



- ◎ 避難訓練 毎月1回、月末頃に、火災・地震・不審者侵入などを想定して、訓練を行います。
- ◎ 体操教室 今月の体操教室・スポーツ教室は、すすくランド・いずみこども園で行います。きく組の体操教室は、毎月いずみこども園で行います。
- ◎ ふじ組は、音楽フェスティバルに向けて、10月中旬から合同練習を取り入れていきます。日程は、掲示板にてお知らせします。

10月生まれのお友だち おたんじょうびおめでとう

赤ちゃん		うめ		ゆり	.
きく		さくら	.	ふじ	.

今月のねらい

- ・自然と触れ合う体験を通して、葉っぱや木の実、収穫物に触れたり遊んだりして興味・関心をもちましょう。
- ・走る、跳ぶ、リズムに合わせるなど、体を動かす遊びを楽しみましょう。



10月給食献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 お菓子 牛乳	2 パン	3 お菓子 牛乳	4 お菓子	5 お菓子
屋食		ポークカレーライス ぶどうゼリー	御飯 さばのみそ煮 秋色サラダ 豆腐のすまし汁	五目ラーメン ひじきとツナの煮物	御飯 肉じゃが ヨーグルト	ゆかりご飯 高野豆腐と豚肉の煮物
午後		きな粉豆 クラッカー 牛乳	りんごのスコーン 牛乳	和風じゃがバター 牛乳	せんべい クラッカー 牛乳	お菓子
午前	7 お菓子	8 お菓子	9 パン	10 お菓子 牛乳	11 お菓子	12 お菓子
屋食	和風スパゲティ 豆腐のスープ	御飯 八宝菜 青りんごゼリー	夕焼けご飯 筑前煮 茄子の味噌汁	御飯 回鍋肉 チンゲン菜のスープ	わかめご飯 豚汁	焼きうどん わかめスープ
午後	梅じゃこおにぎり 牛乳	バウムクーヘン クラッカー (幼児) ジョア (乳児) 牛乳	豆乳きなこ寒天 牛乳	大学芋 牛乳	パン チーズ 牛乳	お菓子
午前	14	15 お菓子	16 パン	17 お菓子 牛乳	18 お菓子	19
屋食	スポーツの日	ツナの炊き込みご飯 けんちん汁	御飯 糖のごま焼き 切干大根の酢の物 素麺のすまし汁	五目ラーメン ひじきとツナの煮物	御飯 八宝菜 青りんごゼリー	運動会
午後		いちごジャムサンド 牛乳	きな粉豆 クラッカー 牛乳	和風じゃがバター 牛乳	せんべい クラッカー 牛乳	
午前	21 お菓子	22 お菓子 牛乳	23 パン	24 お菓子 牛乳	25 お菓子	26 お菓子
屋食	和風スパゲティ 豆腐のスープ	御飯 回鍋肉 チンゲン菜のスープ	御飯 さばのみそ煮 秋色サラダ 豆腐のすまし汁	ポークカレーライス ぶどうゼリー	わかめご飯 豚汁	焼きうどん わかめスープ
午後	梅じゃこおにぎり 牛乳	大学芋 牛乳	豆乳きなこ寒天 牛乳	りんご バウムクーヘン 牛乳	パン チーズ 牛乳	お菓子
午前	28 お菓子	29 お菓子 牛乳	30 パン	31 お菓子 牛乳		
屋食	お弁当	御飯 糖のごま焼き 切干大根の酢の物 素麺のすまし汁	夕焼けご飯 筑前煮 茄子の味噌汁	五目ラーメン ひじきとツナの煮物		
午後	きな粉豆 クラッカー 牛乳	揚げじゃが (幼児) ジョア (乳児) 牛乳	ハロウィンカップケーキ 牛乳	いちごジャムサンド 牛乳		

※天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

※給食内の材料や量(g)は展示食前にてお知らせしております。

食育だよ！

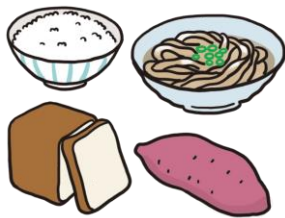
9月の食育活動 「たくさん噛もう！」

ふじ組・さくら組では、ご飯を食べる時に「本当に自分は噛めているのか」の話をしていきました。耳の前あたりにある部分を両手で触ってもらい、あごを動かしてみても動いていればちゃんと噛めていると説明し、最初は半信半疑だった子どもたちも、給食の時間はその部分を触りながら、一生懸命噛んで食べていました。きく組では、紙製のおにぎりを持って行き、「大きいままのおにぎりを飲み込んでしまって苦しい！」という演技をし、「食べ物が大きいまま飲み込むと喉が詰まって苦しい」→「口に入る大きさを口に入れて、たくさん噛んでから飲み込む！」という事を伝えていきました。おにぎりを飲み込んで苦しんでいる演技にびっくりさせてしまいましたが、給食の時間には、しっかり噛む事を意識してくれ、モグモグしている口を見せてくれました。

食べ物の栄養のはたらきを知ろう！

食べ物は体の中でのおもなはたらきによって、3つのグループに分けることができます。
3つのグループからバランスよく食べて元気に過ごしましょう。

黄のグループ たんぱく質・脂質 炭水化物・脂質



パワーアップ!

(おもにエネルギーになる)

赤のグループ たんぱく質・無機質(カルシウム)



丈夫な体!

(おもに体をつくる)

緑のグループ ビタミン(A・C)



元気でニコニコ!

(おもに体の調子を整える)

「ごまトースト」を紹介
します!

子どもたちから「美味
しい!」「もっと食べ
たい!」の声が出てい
て大好評だったおやつ
です♪

ごまトースト

<材料> 4人分

食パン(8枚切り) 4枚 すりごま(白) 大さじ3

バター 35g 砂糖 大さじ2

<作り方>

- ① ボウルに、すりごま、室温に戻したバター、砂糖を入れて泡立て器で混ぜ合わせ、ペースト状にする。
- ② 食パンに①を塗り、オーブントースターで2~3分ほど色づくまで焼く。
- ③ 食べやすい大きさに切り分けて皿に盛り付ける。