



令和8年2月27日 真駒内保育園

ここ数日の暖かさで雪解けも進み、少しだけ春の入り口が見えてきた気がします。まだまだ朝夕の寒暖差がありますので、体調管理にはくれぐれもお気をつけください。あとは、例年の“帳尻合わせ”の雪が降らないことを祈るばかりですね。

さて、年度末が近づくこの季節、真駒内保育園の子どもたちのこの一年間の成長を強く実感します。4月には皆、進学と進級の春を迎えます。どんどん出来ることが増え、興味も色々なものにわたっていきます。どうか子どもさんと一緒に、やりたいこと、楽しいこと、一生懸命になれることを探していただき、我が子の可能性をどんどん広げて欲しいなと思います。

卒園式も、あと一週間となりました。卒園するひまわり組のみんなに、益々楽しい思い出を、そしてお祝いのエールを送ろうと、準備を進めているところです。4月からは、新しい環境が待っています。ちょっと不安や心配もあるかもしれませんが、子どもたちの“強さ”“やさしさ”と成長を信じて、しっかり見守っていきたいと思います。

追伸：現在、給食室の体制が整わなくて、臨時体制で運営しているところです。保護者の皆様には大変ご不便をおかけしておりますが、3月もしばらく現体制が続くため、引き続き土曜日の給食はお休みとし、ご不便をおかけしますがお弁当のご持参をお願いいたします。何とか、3月中に通常体制となる目途が立ってきましたので、その際は改めて発信させていただきます。

園長 田川 清志

### 3月の行事予定

- 3日(火) ひな祭りの集い
- 4日(水) 卒園式総練習 2回目  
クラスだより最終号発行
- 5日(木) お誕生会
- 7日(土) 第59回卒園式(10時より)
- 13日(金) お別れ会 布団カバー洗濯日<乳児>
- 17日(火) 避難訓練
- 24日(火) 進級式(進級するクラス・担任の発表をします。)
- 27日(金) 布団カバー・上靴洗濯日<乳児・幼児>



5日(木) 体操教室(ゆり組・ひまわり組)

10日(火)~13日(金) 新入児面接

27日(金)・28日(土)・30日(月) 31日(火) 新年度準備

### 保育のねらい

★ 入学・進級への期待を持ちながら

伸び伸びと生活する。



### 3月7日(土) 卒園式 (10時~)

☆ 今年度は、人数制限は致しませんが、限られたスペースですので、各家庭のご出席人数のご配慮をお願いいたします。在園児の皆さんは、お家で卒園児の門出をお祝いしてください。

☆ お子様全員に紅白餅をご用意しております。在園児は6日(金) 卒園児は7日(土)に持ち帰ります。

※詳細につきましては、改めてご案内させていただきます。

### おねがい

登園時間は、9時30分までとなっております。

お休みの際は、9時までにご連絡をお願いいたします。

通院後登園のお子さまが増えていきます。集団保育です。遅れて登園のお子様に合わせてクラスの予定を、変更することは出来ませんので、お迎え後や、お仕事がお休みの日等、可能な範囲の通院を、お願いいたします。どうしてもの際は、クラス活動に参加出来ず、十分な保育を行う事が出来ない事を、ご理解ください。

また、習い事等を終えてからの登園、再登園は、ご遠慮ください。お子さまの生活リズムが乱れてしまう事や、色々な時間に登園されると、登園を把握出来ず、事故にも繋がってしまいますので、ご理解、ご協力の程、よろしくをお願いいたします。

### 児童票について

年度が変わる際、前年度の書類は前年度分として保存いたします。お忙しい中ではありますが、再度ご記入をお願いいたします。御希望であれば前年度の児童票をコピーいたしますのでお申し付けください。

※新しい児童票は後日お配りいたします。

#### 新年度にむけて確認をお願いします

- \*スプーンやフォーク、お洋服、靴下等々、名前が薄くなっていませんか。
- \*カラー帽子のゴム紐は伸びていませんか。
- \*着替えは補充されていますか。

個人懇談の希望がありましたら、前もってクラス担任へお知らせください。

2月は、保護者様からのご意見ご要望はありませんでした。

#### 絵本貸し出しの休止について

絵本整理の為、3月、4月は、貸し出しをお休みさせていただきます。

新年度5月からの開始を予定しております。



# 札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和8年 3月

真駒内保育園

日	曜日	1～2歳児献立 主食	1～5歳児共通献立	1～2歳児献立 午前おやつ	1～5歳児共通献立 午後おやつ
2	月	ごはん	チキンと野菜のトマトスープ・豚肉の生姜焼き スティック野菜・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
16	月	ごはん	チキンと野菜のトマトスープ・豚肉の生姜焼き 大根と胡瓜の酢の物・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
3	火	ワカメごはん	すまし汁(大根・シジ)・鶏肉の松風焼き 小松菜コーン和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
17	火	ワカメごはん	すまし汁(大根・シジ)・鶏肉の松風焼き 小松菜コーン和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
4 18	水	ごはん	味噌汁(キャベツ・麩)・肉じゃが ほうれん草納豆和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
5	木	誕生会	菜飯・味噌汁(豆腐・麩)・鶏肉のカレー焼き 切干大根とツナのサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
19	木	バターロール	白菜ミルクスープ・ほっけ照り焼き キャベツとワカメのサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
6	金	ごはん	味噌汁(豆腐・モツ)・チンジャオロースー 白菜お浸し・果物	牛乳 果物	牛乳 レーズンパン
7 21	土		お弁当持参日	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
9 23	月	ふりかけごはん	豆乳味噌汁(小松菜・えのき)・鶏肉ごま焼き ダイスサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
10 24	火	ごはん	味噌汁(白菜・フリ)・さばみそ焼き 人参ピースグラッセ風・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
11	水	ごはん	スープ(キャベツ・コーン)・鶏肉のから揚げ フライドポテト・ブロッコリーおかか和え・トマト・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
25	水	ごはん	味噌汁(チンゲン菜・玉葱)・とり天 ブロッコリーおかか和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
12 26	木	ごはん	味噌汁(サマ芋・長葱)・ひき肉入りオムレツ 小松菜ごま和え・果物	牛乳 果物	ヨーグルト 鉄強化菓子
13 27	金	ごはん	味噌汁(人参・水菜)・鮭フライ ほうれん草のり和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
14 28	土		お弁当持参日	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
30	月	ごはん	味噌汁(ほうれん草・ナメ)・豚肉のマーマレード焼き キャベツと人参のサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
31	火	ごはん	麦茶・チキンカレー・もやししめじ和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子

\*都合により献立が変更になることがあります



\* 毎月1日は野菜の日  
\* 毎月4日は栄養の日  
\* 毎月19日は食育の日

# 令和8年3月 離乳食献立表

(週2回手作りおやつ献立)

札幌市子ども未来局

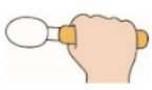
日	曜日	離乳初期 (生後5~6か月頃)	離乳中期 (生後7~8か月頃)	離乳後期(生後9~11か月頃) (午前)	離乳後期(生後9~11か月頃) (午後)
2	月	つぶし粥 スープ 玉葱煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 挽肉玉葱あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 チキンと野菜のトマトスープ 豚肉の生姜焼き スティック野菜 果物	軟飯 スープ(キャベツ) 豚肉玉葱人参煮 果物
16	月	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 挽肉キャベツあんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 チキンと野菜のトマトスープ 豚肉の生姜焼き 大根と胡瓜の酢の物 果物	軟飯 スープ(キャベツ) 豚肉玉葱大根煮 果物
3	17 火	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 大根スティック煮	ワカメ軟飯 すまし汁(大根・ツメ) 鶏肉の松風焼き 小松菜コーン和え 果物	軟飯 スープ(玉葱) 鶏挽肉小松菜大根あんかけ煮 果物
4	18 水	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 納豆キャベツあんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 味噌汁(キャベツ・麩) 肉じゃが ほうれん草納豆和え 果物	軟飯 スープ(ほうれん草) 豚肉キャベツ玉葱煮 果物
5	19 木	パン粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	パン粥 スープ ほっけ白菜あんかけ煮 人参スティック煮	バターロール 白菜ミルクスープ ほっけ照り焼き キャベツとわかめのサラダ 果物	雑炊(ほっけ・白菜) キャベツ炒め煮 果物
6	金	つぶし粥 スープ 豆腐煮つぶし 白菜煮つぶし	粥 スープ 豆腐白菜あんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(豆腐・もやし) チンジャオロースー 白菜お浸し 果物	トースト スープ(白菜) 豚肉玉葱もやし炒め煮 果物
7	21 土	つぶし粥 スープ じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	味噌うどん 青のりポテト 果物	バターロール 豆乳 果物
9	23 月	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 豆乳味噌汁(小松菜・えのき) 鶏肉ごま焼き ダイスサラダ 果物	軟飯 スープ(人参) 鶏肉じゃが芋小松菜煮 果物
10	24 火	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉白菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(白菜・わか) さばみそ焼き 人参ビースグラッセ風 果物	軟飯 スープ(人参) 豚挽肉玉葱白菜あんかけ煮 果物
11	水	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉キャベツあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 スープ(キャベツ・コーン) 鶏肉のから揚げ湯通し ブロッコリーおかか和え 果物	軟飯 スープ(ブロッコリー) 鶏肉キャベツあんかけ煮 果物
25	水	つぶし粥 スープ 玉葱煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(ツメ・玉葱) とり天湯通し ブロッコリーおかか和え 果物	軟飯 スープ(ブロッコリー) 鶏肉チンゲン菜玉葱煮 果物
12	26 木	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし さつま芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 さつま芋スティック煮	軟飯 味噌汁(ツメ芋・長葱) ひき肉入りオムレツ 小松菜ごま和え 果物	軟飯 スープ(小松菜) 鶏挽肉玉葱ピーマンあんかけ煮 果物
13	27 金	つぶし粥 スープ ほうれん草煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 鮭ほうれん草あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(人参・水菜) 鮭フライ湯通し ほうれん草のり和え 果物	軟飯 スープ(ほうれん草) 鮭人参水菜あんかけ煮 果物
14	28 土	つぶし粥 スープ チンゲン菜煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉チンゲン菜あんかけ煮 人参スティック煮	麦茶 肉味噌スパゲティ チンゲン菜ツナ和え 果物	バターロール 豆乳 果物
30	月	つぶし粥 スープ ほうれん草煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(れん草・ツメ) 豚肉のマーマレード焼き キャベツと人参のサラダ 果物	軟飯 スープ(キャベツ) 豚肉ほうれん草人参煮 果物
31	火	つぶし粥 スープ 玉葱煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉玉葱あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 チキンシチュー もやししめじ和え 果物	軟飯 スープ(玉葱) 鶏肉人参もやし炒め煮 果物

☆毎月1日は野菜の日、4日は栄養の日、19日は食育の日です。

# 食のウォッチング

## ～食具の使い方～

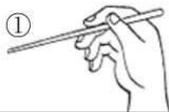


1 歳頃	2 歳前後	3 歳前後
  <p>横から取り込む</p> <p>手のひら全体で握る</p>	  <p>前から取り込む</p> <p>指先で握る</p>	 <p>3本の指で握る</p>
<p>上から手のひら全体でつかんで、ひじを曲げたり、腕全体を動かしたりしながら口元にスプーンを持っていきます。</p>	<p>手首を内側から外側にそらすことやスプーンを徐々に正面から入れることができるようになります。</p>	<p>スプーンをうまく口まで運べるようになってきたら、親指・人差し指・中指でスプーンの柄を握る、正しい持ち方を知らせていきます。</p>

### ★箸を使い始める前に確認したいポイント

- ・スプーンの鉛筆持ちが安定しているか…上の箸の持ち方は鉛筆の持ち方と同じです。
- ・鉛筆を正しく持って線が描けているか…強い筆圧で線が描けることは、上の箸を正しく動かすことにつながります。

### 「箸の使い方」～持ち方と動かし方～



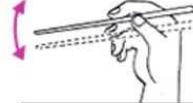
① 箸1本を中指・人差し指・親指の3本で持ちます。(鉛筆を持つように)

②



② もう1本の箸を薬指の爪の横にあて、親指と人差し指の間にはさみます。

③



③ 下の箸を親指・薬指・小指の3本で支え、上の箸だけを動かします。

食具として箸を正しく使うことは、マナーの面からも大切です。箸を持つ時期が早すぎると、手指の発達が追いついていないため、間違った持ち方になってしまう可能性があります。まずはスプーンやフォークを鉛筆持ちできるように練習することがおすすめです。鉛筆持ちで上手に食べることができるようになったら、箸の練習を始めましょう。ちょうどよい箸の長さの目安は、[手のひらの長さ(手首から中指までの長さ)]+[2～3cm]程度で、手の大きさに合った長さの箸を用意します。

子どもは、一緒に食べる大人の真似をしながら学んでいきます。大人も正しく箸を使い、見本を見せてあげましょう。

### ～1年を振り返って～

食べることは、生きるための基本であるとともに、子どもの健やかな心と体の発達には欠かせないものです。また、乳幼児期から豊かな食体験を積み重ねることにより、生涯にわたって健康でいきいきと生活できる力が育まれます。

毎日の食事は大切な食育の一つです。保育園では食事前の手洗いや挨拶など、基本的な生活習慣を身に付けることや、給食に旬の食材や地元の食材、行事にちなんだメニューを取り入れ、子どもたちが興味・関心をもって、日常の食事を大切に、おいしく、楽しく、しっかり食べることができるよう努めてきました。



この一年間のお子さんのご家庭での様子や成長は、いかがでしたか。

子どもたちの健やかな成長を願い、今後もご家庭との連携を図りつつ食育の推進に取り組んでいきたいと思ひます。

