



令和7年4月25日 真駒内保育園

春華の候、園庭の桜ももう少しで開花の時期を迎えそうです。市内でもあちらこちらの公園、並木道でつぼみが綻びかけているようです。皆さまは、どこの桜がお好きでしょうか。

さて、4月に新入園、進級した子ども達も、約1ヶ月が経ち、少しずつ落ち着いてきました。お友達とのふれ合いや会話も増えて、様々な遊びや学びを楽しんでいます。互いに触れ合いながら成長していく子ども達の姿に、やはり、仲間や友達の存在というのは、大切であると、改めて感じさせてくれます。5月の連休明けからは、いよいよ運動会に向けての準備と練習を始める予定です。新しいことに挑戦して励まし合うことの大切さを知り、笑顔輝く楽しい思い出を提供できれば幸いです。保護者の皆様も、是非、子どもたちの頑張りを応援してください。また、ご意見ご要望ございましたら、お知らせくださいますよう併せて、お願いいたします。

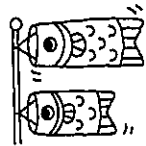
【3歳児クラス以上の保護者様へ】

ご存じのとおり、昨今の食材費の高騰を受け、大変心苦しいのですが副食費の検討をせざるを得なくなってまいりました。現在、6月徴収分から(6/28引落)、200~300円程度の値上げを検討しております。詳細が決まりましたら、改めてご連絡いたしますので、ご理解の程、お願い申し上げます。

園長 田川 清志

5月の行事予定

- 1日(木) こどもの日の集い
- 8日(木) 春の遠足
- 12日(月) クラス懇談会・ひまわり組
- 13日(火) 誕生会 クラス懇談会・ゆり組
- 14日(水) クラス懇談会・すみれ組
- 15日(木) クラス懇談会・ちゅうりっぷ組
- 16日(金) クラス懇談会・たんぽぽ組
布団カバー洗濯日<乳児>
- 22日(火) 防災教室(避難訓練)
- 30日(金) 布団カバー洗濯日<乳児・幼児>



- 7日・14日・21・28日(水) 水泳教室 [ひまわり組の参加希望者]
- 22日(木) 体操教室 [ゆり・ひまわり組]

5月の保育のねらい

- ☆ 集団生活のきまりを知る。
- ☆ 約束をまもって楽しく遊ぶ。



集団保育について

乳児クラスのお子様は、一人ひとりの健康状態にあわせて保育にあたっていますが、2歳児以上のお子様は個人を大切にしながらも集団保育を大切にしています。そのため、一人だけ室内活動を希望されましてもお受けできない事もあります。その日の保育の流れに添って頂く事をご理解下さいますようお願い致します。ケガなどで外遊びが出来ない等、どうしても理由がある方は、保育士にご相談下さい。

絵本貸し出しについて

5月より絵本貸し出しを再開します。ご家庭での親子の触れ合いタイムに保育園の絵本をご利用ください。

- ・お一人様一回一冊
- ・一週間以内に返却出来る方とさせていただきます。

保育士に声をかけ貸し出しノートに保護者様がご記入してください。

返却は直接本棚に入れず保育士に渡してください。

丸いシールで色分けしています⇒月により貸し出す絵本が違います。 保育の中でも使用する絵本です。ご理解 ご協力を宜しくお願いいたします。



5月8日(木) 春の遠足

- ★ お弁当はおにぎりが食べやすいです。
- ★ 副食はフォークで食べられるもの。
 - ・誤嚥を防ぐためにミニトマトや果物は、切ってから入れてください。
 - ・チーズは個包装されていないもの。
 - ・ゼリーはおやつですので、ご遠慮ください。
- ★ オシボリは濡らして持たせてください。
- ★ コップ ⇒ちゅうりっぷ・すみれ組(飲み物は園で用意します。)
- ★ 水筒(小)に水かお茶(ペットボトルOK) ⇒ゆり・ひまわり組
- ★ 敷物(お子様が座ってちょうど良い大きさの物)
 - たんぽぽ・ちゅうりっぷ組は 園で用意します。
 - すみれ・ゆり・ひまわり組は 持参してください。
- ★ 靴 履きなれた靴で登園してください。



安全確保のため、園庭遊具の使用は、保育中の活動のみとしています。送迎の際は、お子さまが園庭で遊ばないように見守りを、お願いいたします。

【個人懇談の希望が有りましたら担任保育士までお知らせください】

<保護者様からのご意見> 4月は、特にありませんでした。

札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和7年 5月

8日は春の遠足

真駒内保育園

	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
1	木	ごはん	ポークスープ（チンゲン菜・玉葱） ぶりのソース焼き・スティック野菜・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
2	金	ごはん	味噌汁（大根・フノリ）・北海かき揚げ 甘酢もやし・果物	牛乳 果物	鉄強化チーズ フルーツポンチ
19	月	ごはん	味噌汁（豆腐・フキ）・鶏肉のコーンフ레이크焼き ごま人参・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
20	火	バターロール	アスパラシチュー・カレーのムニエル風 キャベツのコーン和え・果物	牛乳 果物	牛乳 焼きおにぎり
7 21	水	ふりかけごはん	味噌汁（キャベツ・フノリ）・ツナじゃが 大根と胡瓜の酢の物・果物	牛乳 果物	牛乳 ジャムスコーン
8 22	木	ごはん	味噌汁（人参・ワカメ）・豚肉のごま揚げ ほうれん草とモヤシのナムル・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
9 23	金	ごはん	味噌汁（小松菜・麩）・カミナリ豆腐 ブロッコリー味噌マヨネーズ・果物	牛乳 果物	牛乳 豆パン
10 24	土		麦茶・ミートソーススパゲッティ チンゲン菜お浸し・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
12 26	月	ごはん	麦茶・キャベツカレー 小松菜のり和え・果物	牛乳 果物	牛乳 ソフトドーナツ
13	火	誕生日会	筍ごはん・味噌汁（豆腐・ワカメ）・チキンカツ ほうれん草のサラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
27	火	ごはん	味噌汁（さつまいも・長葱）・ひき肉入りオムレツ 白菜のごま和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
14 28	水	ごはん	豆乳味噌汁（ほうれん草・エノキ）・さば味噌焼き 人参ピースグラッセ風・果物	牛乳 果物	牛乳 チーズトースト
15 29	木	ごはん	味噌汁（豆腐・人参）・ほっけフライ ブロッコリーおかか和え・果物	牛乳 果物	牛乳 市販菓子
16 30	金	ごはん	味噌汁（水菜・切干大根）・豚肉のマーマレード焼き ポテトサラダ・果物	牛乳 果物	ヨーグルト 鉄強化菓子
17 31	土		味噌ラーメン・青のりポテト 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

食育って何だろう？

食育とは、様々な経験を通じて、「食」に関する知識とバランスのよい「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生きることの源であり、心と体の健康を維持し生き生きと暮らすためには、乳幼児期から豊かな食の体験を積み重ねるなど、生涯にわたって「楽しく食を営む力」を培うことが重要です。

「食を営む力」の育成に向けて、保育園では楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、「お腹がすくリズムのもてる子ども」「食べたいもの、好きなものが増える子ども」「一緒に食べたい人がいる子ども」「食事づくり、準備に関わる子ども」「食べ物を話題にする子ども」の姿を目標に掲げて、子どもの食への関心を育んでいます。

家庭でも食育を始めてみましょう！



・生活リズムを身に付けよう

早寝、早起き、朝ごはんを基本とし、3食しっかり食べましょう。できる限り同じ時間に食べることで、体のリズムが整います。

・共食をしよう

誰かと一緒においしく、楽しく食事をしましょう。食べ物の話題、食事のマナー(食事の挨拶、食事の姿勢、手洗いなど)について話してみましょう。

・食事の準備に挑戦してみよう

買い物に行く、調理の手伝いをする(野菜の皮むき、葉物をちぎるなど)、食器の準備や配膳など、お子さんの成長に合わせて一緒に取り組んでみましょう。

栄養バランスよく食べよう

多様な食品から、体に必要な栄養素をバランスよくとる秘訣は、毎日の食事で、主食、主菜、副菜を組み合わせる食べることです。



主食

炭水化物の供給源となるごはん、パン、めんなどを主材料とする料理



主菜

たんぱく質の供給源となる肉、魚、卵、大豆及び大豆製品などを主材料とする料理



副菜1~2品

各種ビタミン、ミネラル及び食物繊維の供給源となる野菜、海藻、芋、豆類(大豆を除く)、きのこを主材料とする料理

一日のうちで、果物、牛乳・乳製品も忘れずに取り入れましょう！

