



令和5年2月24日 真駒内保育園

春寒の候、今年も雪が多く降り積もり、園庭からは雪山を滑ったり、雪だるまやトンネルを作って遊ぶ楽しい子供たちの笑い声が響いています。大人も負けていられないと思いつつ、つい、丸まってしまう今日この頃なのですが、皆様は、いかがお過ごしでしょうか。

年度末が近づくにつれ、子どもたちのこの一年の成長を強く実感します。ハイハイから立ち上がり、お友達に声を掛けたり、ときには泣いたり怒ったりしながら、いろんなことが出来るようになった乳児さんたち。お友達には親切に、時には自己主張し、小さい子には優しく面倒を見と。どんどんお兄さんお姉さんになっていく幼児さん。苦手な野菜に挑戦、ハサミの使い方も上手に、水に顔を何秒つけていられるかな、跳び箱は何段まで飛べるかな、ハラハラしながらもじっくり応援しています。

さて、卒園式まで、いよいよ二週間余りとなりました。卒園するひまわり組のみんなに、もっと楽しい思い出を、そして出来る限りのお祝いをと、準備を進めています。

進級するみんなも新しい生活を楽しみに、ちょっと不安や心配もあるかもしれませんが、今の季節のように『冬は必ず春となる』と信じてしっかり子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。

園長 田川 清志

3月の行事予定

- 2日(木) 卒園式総練習 1回目
- 3日(金) ひな祭り(各クラス)
- 7日(火) お誕生会(各クラス)
- 8日(水) クラスだより最終号発行
- 9日(木) 卒園式総練習 2回目
- 10日(金) 布団カバー洗濯日<乳児>
- 11日(土) 第56回卒園式(10時より)
- 14日(火) 避難訓練
- 17日(金) お別れ会
(各クラスごとに年長さんに挨拶に行きます。)
- 23日(木) 進級式
(園長が各クラスを順番にまわり
進級するクラス・担任の発表をします。)
- 24日(金) 布団カバー・上靴洗濯日<乳児・幼児>



2日(木) 体操教室(ゆり組・ひまわり組)

29日(水)・30日(木)・31日(金) 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11日(土) 卒園式

★ 新型コロナウイルスによる感染予防のため、本年度も参加者を卒園児の保護者様2名までと制限させていただくこととなりました。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。また、当日のマスク着用については、卒園のお子様のみ、外す事といたします。尚、マスク着用をご希望の家庭は、保育士まで、お知らせくださいますようお願いいたします。保護者の皆様は、マスク着用のご協力をお願いいたします。

★ お子様全員に紅白餅を用意しております。
在園児は10日(金) 卒園児は11日(土)に持ち帰ります。

おねがい

登園時間は、9時30分までとなっています。
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。お忙しいが中ではありますが、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。

個人懇談の希望がありましたら、
前もってクラス担任の方へお知らせください。

保護者様からのご意見 2月はありませんでした。



札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和5年 3月

11日は卒園式

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	水	ごはん	味噌汁（玉葱・ワカメ）・ピビンパ スティック野菜・果物	牛乳 果物	牛乳 チーズ蒸しパン
2	木	ごはん	味噌汁（フノリ・麩）・肉じゃが 大根と胡瓜の酢の物・果物	牛乳 果物	牛乳 クラッカー
3	金	ワカメごはん	すまし汁（大根・舞茸）・鶏肉の松風焼き 小松菜コーン和え・果物	牛乳 果物	牛乳 ホットケーキデコレーション
4 18	土		五目うどん・さつま芋のバター煮 果物	牛乳 果物	牛乳 せんべい
6 20	月	ごはん	麦茶・チキンカレー 大根わかめ和え・果物	牛乳 果物	牛乳 ビスケット
7	火	誕生日会	チャーハン・スープ（白菜・エノキ）・揚げ焼売 春雨サラダ・果物	牛乳 果物	牛乳 クラッカー
8 22	水	ごはん	味噌汁（人参・麩）・ヒレカツ 白菜ツナ和え・果物	牛乳 果物	牛乳 ジャムスコーン
9 23	木	バターロール	スープ（春雨・チンゲン菜・コーン）・鶏肉ハンガリー風煮込み ブロッコリー醤油マヨネーズ・果物	牛乳 果物	鉄強化チーズ 卵雑炊
10 24	金	ごはん	豆乳味噌汁（ホウレン草・シメジ）・さばの竜田焼き 人参ピーズグラッセ・果物	牛乳 果物	ヨーグルト・昆布 鉄強化クラッカー
25	土		和風スープスパゲッティ ブロッコリー生姜和え・果物	牛乳 果物	牛乳 クラッカー
13 27	月	ごはん	味噌汁（キャベツ・人参）・鶏肉のカレー焼き ほうれん草納豆和え・果物	牛乳 果物	牛乳・かえり煮干し メロンパン
14 28	火	ごはん	味噌汁（さつま芋・玉葱）・豚肉の生姜焼き 人参含め煮・果物	牛乳 果物	牛乳 オレンジケーキ
15 29	水	ごはん	味噌汁（豆腐・大根）・たらの磯辺揚げ 小松菜のナムル・果物	牛乳 果物	牛乳 せんべい
16 30	木	ごはん	味噌汁（水菜・切り干し大根）・炒め納豆 小松菜お浸し・果物	牛乳 果物	牛乳 大学芋
17	金	バターロール	スープ（キャベツ・ワカメ）・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・果物	牛乳 果物	牛乳 せんべい
31	金	ごはん	味噌汁（芋・小松菜）・ポークビーンズ キャベツのしらす和え・果物	牛乳 果物	牛乳 ビスケット



*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

食のウオッチング



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。

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、食育を実践することが難しい日々が続いていますが、毎日の食事でも大切な食育の一つです。保育園では食事前の手洗いや「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつなど基本的な生活習慣を身に付けられるよう働きかけました。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っております。

食事を一緒に楽しんでいますか？～共食のいいところ～

共食とは、家族や友人、親戚など、誰かと共に食事をすることです。日本人を対象とした研究では、共食をすることや孤食（一人で食べる）をしないことが、私たちの生活により影響を与えていることが分かりました。その中から、子どもの生活に関わることを紹介します。



<共食が多い人や孤食が少ない人は、そうでない人と比較して…>

心と体の健康

小学生を対象とした研究では、**朝の疲労感や体の不調がなく、健康に関する自己評価が高い**ことが報告されています。

食事のバランス

乳幼児から小学生を対象とした研究では、**主食・主菜・副菜を揃えてバランスよく食べている**ことが報告されています。

規則正しい食生活

乳幼児を対象とした研究では、**食事や間食の時間が規則正しい**ことが報告されています。

生活のリズム

小学生を対象とした研究では、**起床時間や就寝時間が早く、睡眠時間が長い**ことが報告されています。

詳細は下記のホームページをご確認ください。
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/evidence/attach/pdf/index-27.pdf>



3月3日はひなまつり

ひなまつりには、雛人形を飾って、白酒やひしもち、ひなあられなどをお供えし、子どもたちの無病息災を祈る風習があります。ひしもちやひなあられの3色には、白は「雪」、緑は「新しい芽」、赤は「桃の花」という意味があり、「雪（白）から新芽（緑）が出て花（桃）が咲く景色」を表しています。伝統的な食文化を理解して行事を楽しむことは、食育にもつながります。家族の健康や幸せを願いながら、春の訪れをお祝いしましょう。

