6月の園だより

令和5年6月　倉吉東こども園

日	曜	行　事　・　給　食　時　の　音　楽
		今週の音楽♪●ラフマニノフ・交響曲第２番　３楽章アダージョ・パガニーニの主題による狂詩曲
1	木	書道教室（ふじ組）　絵本貸し出し　　子育て相談PM1：15～2：15
2	金	保育参観・クラス懇談（さくら組）
3	土	
4	日	今週の音楽♪●ドビュッシー・亜麻色の髪の乙女・アラベスク第１番・月の光
5	月	交通安全指導
6	火	ちびっこ探検隊（ふじ組）　運動あそび（すみれ組）
7	水	運動あそび（さくら組）
8	木	書道教室（ふじ組）　絵本貸し出し　子育て相談PM1：15～2：15 奉仕作業（園内外清掃及び園周辺の草取り）13：30～15：00
9	金	保育参観・クラス懇談（すみれ組）　音あそび（ゆり組）
10	土	
11	日	今週の音楽♪●ビゼー・アルルの女より　メヌエット・歌劇「カルメン」第１楽章　間奏曲
12	月	音あそび（ふじ組）
13	火	ちびっこ探検隊（すみれ組）運動あそび（ちゃれきんぐ／ふじ組） 身体測定（もも組・ふじ組）
14	水	運動あそび・身体測定（さくら組）
15	木	誕生会　書道教室（ふじ組）　身体測定（ゆり組） 絵本貸し出し　子育て相談PM1：15～2：15
16	金	クラス懇談・保育参観（ゆり組）　音あそび・身体測定（たんぽぽ組）
17	土	
18	日	今週の音楽♪●バッハ・主よ人の望みの喜びよ・恋するガリア・アヴェマリア
19	月	避難訓練（地震）
20	火	ちびっこ探検隊（ふじ組）　運動あそび・身体測定（すみれ組）　音あそび（もも組）
21	水	集団歯科指導（ふじ組）　運動あそび（さくら組）
22	木	書道教室（ふじ組）　音あそび（すみれ組） 絵本貸し出し　子育て相談PM1：15～2：15
23	金	クラス懇談・保育参観（たんぽぽ組）
24	土	奉仕作業（プール組み立て及び第２園庭草取り等）13：30～15：00
25	日	今週の音楽♪●モーツァルト・アイネ・クライネ・ナハトムジーク
26	月	保育料等口座引落し日
27	火	ちびっこ探検隊（すみれ組）　運動あそび（ちゃれきんぐ／ふじ組）
28	水	ちまきづくり（ふじ・すみれ組）　運動あそび（さくら組）
29	木	保育参観・クラス懇談（もも組）　書道教室（ふじ組） 絵本貸し出し　子育て相談PM1：15～2：15　音あそび（さくら組）
30	金	園だより発行

発行日　令和5年5月31日　　発行責任者　園長 足達　佐恵子
倉 吉 市 上 井 7 8 1 － 1　TEL(0858)26－3436
E-mail　hoikuen@kurayoshi.or.jp　　HP　http://www.kurayoshi.or.jp/

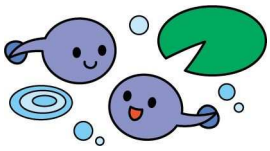
六月の保育のすすめ方

ぱんだ・ぞう・きりんルーム】

ねらい

身の回りを清潔にすることの大切さを知り、進んでする。

○汗を拭く。
○衣服の調節をする。
○ロッカーの整理、汚れ物の始末をする。
○手洗い、うがいをする。
○コップを自分で出し入れしたり、ノートはカバンの中にきちんと入れる。（三歳児）
◎ごっこあそび
・ままごとあそび
◎わらべうた
・なべなべそこぬけ　・ひらいた　ひらいた



★ふじ組　（五歳児）

《食　育》
○昼食、おやつの献立名や材料、栄養について知る。
○野菜の皮むき　ぜやがいも・にんじん　など）をする。
○ピーマン、おくら、枝豆、さつまいもを育てる
・交代で水やりをする
・草取りをする
《文字、数あそび》
・ひらがなカードやかるたを使ってあそぶ
《書道教室》
・グリップを使用し鉛筆を正しい持ち方で持つ
《運動あそび》
○鉄棒
・補助されて逆上がりをする
○縄跳び
・連続前跳びをする
・かけ足跳びをする
○竹馬
・介助されながら乗って進む
・自分で竹馬に乗って重心を前にかけながら足を前に出す
《おびっこ探検隊》
・モリアオガエルについて知る
・雨の打吹山を歩き、木や地面の様子を観察する
《季節の歌》
・時計の歌

★すみれ組　（四歳児）

《食　育》
○昼食、おやつの献立名や材料、栄養について知る。
○きゅうり・ナス・さつまいもを育てる
・交代で水やりをする　・草取りをする
《文字・数あそび》
・ひらがなカードを読む。
・数字を読む。「すうじの歌」を歌う
《運動あそび》
○ボールあそびをする
・できるだけ上や遠くに投げる
・下投げ遠投・先生と下投げパス
・落として両手でつかむ
○縄跳び
・長縄
　あちこちタッチまたぎ跳び」　小波跳び」
・短縄
　前回し跳び」
○マット
・クモ歩き・前転をする

《おびっこ探検隊》
・打吹山でいろいろな草花や虫に興味をもち図鑑で見つける。（色や形大きさなど）
・モリアオガエルについて知る　大きさや形など）
《季節の歌》
・あめふりくまのこ

★さくら組　（三歳児）

《食育》
○野菜の皮むき　たまねぎ）をする
《言葉》
○ひらがなカードであそぶ
・言葉集めをする
・カルタとりをする
《運動あそび》
○ボール
・ボールを落として抱いてつかむ
・上手でボールを投げたり受けたりする
○鉄棒
・ぶら下がって足の裏を鉄棒につける
・保育士に両手を持ってもらい、尻あがりをする
・鉄棒にとびあがって腕支持をする
○ギャロップをする
《戸外あそび》
○梅雨期の生き物に触れ観察する
・小雨や雨あがりの日に戸外を散歩し、カタツムリ、カエル、アジサイなどの生き物を観察する
・図鑑等を使って生き物の特徴を知る
《造形》
・折り紙をする　カタツムリ・カエル　等）
・サインペンで絵を描く
《季節の歌》
・かたつむり・数字のうた

ゆり組　（2歳児）

・自分で好きなあそびを見つけ、友だちと関わってあそぶことを喜ぶ。
・保育者に手伝ってもらいながら、衣類の着脱を自分でしようとする。

〈食育〉
○野菜の皮むき（たまねぎ）をする

〈戸外あそび〉
○散歩に行く。
・トトロの道で魚釣り遊びをする。
・オタマジャクシ・カタツムリ等の小動物やアカツメクサ・アジサイ等の草花を見たり触れたりして、興味・関心を持つ。
○砂あそびをする。
・保育者に手伝ってもらいながらカップで型ぬきをする。それを使ってままごとあそびをする。
○河川敷であそぶ。
・しっぽとり等の簡単なルールのあるあそびをする。
・土手すべりをする。

〈室内あそび〉
○手先を使ったあそび
・小麦粉粘土を作って遊ぶ
・絵具や糊を使って遊ぶ
○運動あそび
・跳び箱・マット・滑り台等を組み合わせて遊ぶ。
○表現あそび
・曲に合わせて体を動かしたり、色々な動物になりきったりして身体表現をする。
○わらべうた
「でんでんむし　でむし」
「おかごぎちぎち」
○絵本を見る。
「どしゃぶり」
「かえるくんのみずたまり」

たんぽぽ組　（1歳児）

・保育者や友だちと一緒に、好きなあそびを見つけ体を動かしてあそぶ。
・スプーンを下から持ち、食べる。

〈戸外あそび〉
○散歩に行く。
・カタツムリ・オタマジャクシなどの小動物を見て、興味を持つ。
・ボールや縄を使ってあそぶ
・土手登りをする。
○北側園庭であそぶ
・砂、泥あそびをする。
・サーフ、L字トンネルであそぶ

〈室内あそび〉
○ホールであそぶ。
・滑り台・ジャンボマット・跳び箱など、体を使って体を動かすことを楽しむ。
・音楽に合わせて、保育者の真似をしてあそぶ。
・ボールを投げたり蹴ったりする。
○粘土やお絵描きをする。
・ちぎったり、丸めたりしながら粘土の感触を楽しむ。
○簡単なままごとあそびをする。
○パズルボックス型はめパズル・スプーンあそびをする。
○わらべうたあそび
「ぎっこばっこひけば」
「でんでんむし　でむし」
○絵本を見る。
「ぼうしとったら」
「おどります」

もも組　（0歳児）

〈戸外あそび〉
○五ヶ月～一歳児
・ベビーカー・散歩車で散歩に出掛ける
おたまじゃくし・カタツムリ、あじさいを見る）
・第二園庭の大型遊具であそぶ（1歳児）

〈室内あそび〉
○五ヶ月児
・つるし遊具であそぶ
・腹ばい姿勢で、ボールなどの玩具であそぶ
○八ヶ月児～一歳児
・板の坂道や大型遊具を登り降りしたり、トンネルをくぐってあそぶ
・木製玩具（ノックアウトボールなど）であそぶ。
・小麦粉粘土であそぶ。
○音あそびをする（フレームドラム・レインスティック・薄布）
○わらべうたあそび
「でんでんむしでむし」「ぽっつんぽつぽつ」
○絵本を見る。
「ぴょーん」「でるてるぼうず」

給食室からこんにちは

毎日青空が広がり、日中は汗ばむほど暑さを感じるようになりました。
外遊びも一段と活発になり、河原でリレーやかけっこ、園庭では滑り台や木製遊具で元気に遊ぶ子どもたちの声が園舎にも届いてきます。

活発な外遊びの合間にはお部屋で春野菜【筍・そら豆・うすいえんどう豆・アスパラガス・新玉ねぎ】の皮むきや豆取り、はかま取りをしました。実際に食材に触れることで目や耳や手で色々なことを感じる機会となり、この豆は何になりますか？と興味深そうに聞き来てくれる子どもや、給食の時間にどこに入っとるかな～と探す子どもなど…食材が次にどう変化していくかも気にしてくれている様子がとても嬉しかったです(^^)
これからの食育や夏にむけて始まった夏野菜の栽培も楽しみです！

5月食育目標　～いただきます　ごちそうさまでした　のあいさつをしましょう～

生活の中にはさまざまなあいさつがあります。
登園の時は『おはようございます』給食の時間には『いただきます』『ごちそうさまでした』帰る時は『さようなら』子どもたちも時間や場面に応じて、友だちや先生と色々なあいさつを交わしています。どんなあいさつもお互いに気持ちを伝えあうと、心が穏やかになり気分が良いですよね。
給食の時間のあいさつにも意味があり、心を込めて言ってほしい想いを伝えました。

【いただきます】には『丈夫な身体を作るために、たくさんの食材からいろいろな栄養をいただきます。』という意味が込められていることを伝え、ごはんとおかずには、お米や野菜、肉や魚などのたくさんの食材を使っていること、たくさんの食材からいろいろな栄養をもらって血や筋肉が作られること、骨や歯が強くなっていることも伝えました。
また、あいさつの速さや声の大きさも一緒に考えてみました。
美味しいごはんを早く食べたい気持ちであいさつが早口になってしまったり、ついつい大きい声になってしまう時もあります。ふじ組の子どもたちに『気持ちを込めたあいさつの速さはどうがいいかな？声の大きさもどれくらいがいいかな？』と問いかけると、「ゆっくりがいいとおもう！」「これくらい（お部屋で話すくらいの大きさ）はどう？』としっかりと考えてくれ、実際に声に出して教えてくれました。食べる前には気持ちを落ち着かせて、いただきますの一言が言えたら素敵だよねと伝えあいました。

【ごちそうさまでした】には『今日もおいしく食べました。ありがとうございます。』の意味が込められているよと伝えました。食材の命を頂いたことに感謝するという意味もありますが、ごはんやおかずを作るのに関わっている人もたくさんいることも伝えました。お米や野菜を作る人や魚や肉を育てたり獲ったりする人、調理して作った人など。たくさんの人へ“美味しかったよ～また作ってね”の気持ちを伝える言葉だと話をしました。

食事を通して【命の大切さ】【自然の恵みへの感謝】【人を思いやる心】が自然と育ち、食べることで気分が晴れ、美味しい♡嬉しい♡楽しい♪の気持ちがたくさんあふれる時間に出来たら素敵だなと日々想っています。

虹のかけはし

苦情・ご意見・ご要望にお答えして

園長　足達　佐恵子

五月八日から新型コロナウイルス感染症が五類になり、連休明けの感染状況を心配しましたが、今のところ園児やそのご家族の感染の報告もなく安心をしていますが、コロナ感染症が無くなったわけではなく、引き続き基本の感染症対策は実施しています。

天候の不順も有り気温差がとても激しく、体調を崩し、発熱や鼻水・咳・下痢などの症状の子どもさんも多く見られ、体調管理の難しさを感じています。

県外ではインフルエンザの集団感染が学校で発生していると報道で知りました。

コロナ対応で免疫力が落ちているのが、主な原因のようです。

生活リズムを整え、しっかり食事をとり元気に過ごせるようにしていきましょう。

マスク着用も任意となりましたので、保育者も久々にマスクを外し子ども達の前に出ると、特に年齢の小さい０・一・二歳児クラスの子どもたちは、保育者の顔をまじまじと見つめ、特に口元をよく見ている姿がありました。

改めてマスク着用の弊害を実感した瞬間でした。

この年齢は、言葉の獲得をする大事な時期です。一歳半前後から自分の思いが出てきて、よく言われる「イヤイヤ期」に入ってきます。

言葉で自分の思いが言えない分、叩いたり蹴ったり引っ掻いたり、時には噛みついたりなどの姿が顕著に現れます。

園は集団生活ですので、なかなか自分の思い通りにいかない場面もあり、トラブルも頻回に起こりやすい状況にあります。

出来るだけ防ぎたいと、遊びの環境を工夫したりしていますが、難しい場面もあり保護者に謝罪し状況説明をすると共に、保育者はまずそれぞれの子どもの気持ちを言葉で代弁し、仲立ちとなりその場に応じた『言葉』　例えば　「かして」　「まっててね」　「ありがとう」　「ちょうだい」等々と一緒に、ジェスチャーも交えやりとりが出来るようにしています。

このやりとりは、毎日の生活や遊びの中で、繰り返し繰り返し身近にいる大人が一緒になってやっていく事の積み重ねが大事だと言われています。

毎日の家庭での様子を、連絡ノートに書いてきてくださる中に、【叩いたり蹴ったり引っ掻いたり　園でも他の子どもさんにしていないか心配です。】と、聞いて下さる保護者さんも有り、園での様子を個別でお伝えしています。

保護者さんと共通理解できることが、保育者にとっては何より有難いと感じています。

先日四年ぶりに、『保護者会役員会』と『ぶじ組保育参観・クラス懇談』を実施しました。

その中で、保育参観・クラス懇談の参加人数を、コロナの状況の見通しが分からないことも有り、一名にさせていただきました。保育室や懇談会場が狭く密になりやすい環境）

このことで二名を期待されていた保護者も有り、残念に思われた方もありました。

申し訳ありませんでした。今後も感染症の状況を見ながら、検討していきたいと思いますのでご理解ご協力をお願いします。

参加人数は一名でしたが、保護者さんと対面しながらの話し合いは、本当に大事だと改めて感じました。

特に、保育参観・クラス懇談は、子ども達の様子を生で見ていただけ、生き生きと活動する姿に私もとても嬉しく思いましたし、その中でもクラス懇談は大いに盛り上がり、時間が足りないくらいで保護者の皆さまが笑顔で話される様子に、日常が戻って来たことを実感しました。

後日連絡ノートにたくさんの感想を書いていただきありがとうございました。保護者の皆さまの気持ちが伝わる内容に感謝申し上げます。

今後の参考にしたいと思います。

今後、順次他のクラスでも保育参観・クラス懇談を予定しています。今回のクラス懇談は、園からの話は最小限にして、できるだけ保護者さん同士がやり取りが出来ることを大事にしたいと考えていますので、ご参加よろしくお願いします。

●暑くなってきました。活動の妨げにならないよう髪の長い子どもさんは結んだり、目にかからないよう少し切る等の対応をよろしくお願いします。

●汗もかきやすいため、着替えの準備と寒暖差が激しいので、衣服調節がしやすい衣類の準備もお願いします。

このコーナーへのご意見ご感想などありましたら、ノートや口頭、意見箱でもお受けしています

お知らせ

令和五年度保護者会事業計画（年間行事）

五月十八日の役員会で保護者会の事業を次のように計画しました。皆様のご協力よろしくお願いします。

- 五月十八日（木）　役員会
- 六月八日（木）　奉仕作業
- 六月二十四日（土）　奉仕作業
- 八月三日（木）　奉仕作業
- 八月下旬　役員会
- 九月二日（土）　奉仕作業
- 九月十二日（火）　奉仕作業
- 九月二十日（水）　奉仕作業
- 九月二十七日（水）　ゆり親子遠足
- 十月八日（日）　親子運動会
- 十月十二日（木）　たんぽぽ親子遠足
- 十月二十七日（金）　ふじ・すみれ親子遠足
- 十月三十日（月）　奉仕作業
- 十一月九日（木）　奉仕作業
- 十一月十七日（金）　さくら親子遠足
- 一月三十日（火）　奉仕作業
- 三月六日（水）　奉仕作業
- 三月下旬　総会

※日程はあくまで予定ですので諸事情により変更することもございます。

◎保護者会奉仕作業

● 日　時〉六月八日（木）
十三時半～十五時
内　容〉園内外清掃及び園周辺の草取り

● 日　時〉六月二十四日（土）
十三時半～十五時
内　容〉プール組み立て及び第２園庭草取り等

※この二日にお願いする保護者の方には事前にお知らせしますのでよろしくお願いします。

◎集団歯科指導　ふじ組）

日　時〉六月二十一日（水）ふじ組
九時三十分～

※染め出しをしますので、汚れてもいい服装で登園してください。
※九時までの登園をお願いします。
※すみれ組・さくら組の集団歯科指導は、十月に行う予定です。

◎ちまきづくり　すみれ・ふじ組）

ふじ組・すみれ組の園児のご家族の方と一緒にちまき作りをします。

日　時〉六月二十八日（水）十時～
準備物〉エプロン・三角巾・マスク

◎つめを短く切っておいてください。
◎詳細は既に配布しております文書をご覧ください。

◎保育参観・懇談

さくら組　期　日〉六月　二日（金）
すみれ組　期　日〉六月　九日（金）
ゆ り組　期　日〉六月十六日（金）
たんぽぽ組　期　日〉六月二十三日（金）
も も組　期　日〉六月二十九日（木）

※詳細は既に配布しております文書をご覧ください。

◎保育参加・会食・クラス懇談　ふじ組）

日　時〉七月四日（火）
※詳細につきましては、後日文書を配布します。

◎プール開き

日　時〉七月五日（水）

◎七夕会

日　時〉七月七日（金）
※園内で子どものみの参加で行います。

◎どろんこあそびを始めます。

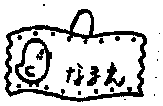
さくら組・すみれ組・ふじ組は次の物を期日までに準備してください。

汗ふきタオル

●体も拭きますので、フェイスタオルを六月十四日（木）までにお願いします。
バスタオルは大きすぎるので避けてください

●バインダーにかけますので、かけるところを付けて必ず名前を書いてください。
持ってこられたらバインダーにかけます。

※毎週持ち帰りますので、洗濯して次の週には持って来てください。



どろんこあそび用水着

●どろんこあそびに使用する水着は、プール用の水着とは別で準備してください。
プール用の水着と区別がつくよう（ど）と書いて、名前もおねがいします。

※六月二十二日（木）までに朝の受け入れの時に職員に直接渡してください

※使用後は園で洗濯して保管しますが、泥の汚れは完全に落ちません。濃い色の物が適しています）
使用しなくなりましたらお返しします。

◎ぞうり・サンダルの準備のお願い

すみれ組・ふじ組は次の物を六月二十二日（木）までに準備してください。（さくら組は使用しません）

・指ではさむタイプのぞうりまたは、サンダルの準備をお願いします。泥んこあそび、園庭での水あそびの際に使用します。

・名前を必ず書いてください。

・持ってこられたら下足箱に置きます。

※ぞうりの場合はぬげにくいように後ろにゴムを付けておいてください。ぞうりやサンダルは園に置いておかれてもいいです。

※登園する時は、ぞうりやクロックス調の軽量のくつはぬげやすいので危険です。
足に合ったシューズでお願いします。

◎プールあそびの準備のお願い

七月からはプールあそび（水あそび）が始まります。詳細は改めてお知らせしますが、次の物の準備をお願いします。

【ふじ・すみれ・さくら組】
プールバッグ・水泳帽・水着・フェイスタオル

【ゆり・たんぽぽ・もも組】
プールバッグ・水着・フェイスタオル

※バスタオルは大きすぎて子どもが自分ではふきにくいので避けてください。

※あそびに使用する水着は体にピタッと合ったものがふさわしいです。女の子は華美な装飾がないものやワンピース型をお勧めします。男の子も体に合った水着でお願いします。

※詳細は入園のしおりＰ５４をご覧ください。

◎保護者限定サイト『デジタルピクチャー』について

園だより五月号に案内文書を同封しておりました、保護者限定サイト『デジタルピクチャー』について、再度ご案内いたします。

●サイト閲覧用のログインパスワードと、写真のダウンロードに必要な個人パスワードは違います。

サイトへのログインパスワードは四月二十八日に一斉メールで送信しております。

写真のダウンロードに必要な個人パスワードをご希望されます方は、園に口頭・連絡帳・メールなどでお知らせください。それを受けて園より保護者の方にメールで個人パスワードをご連絡いたします。なお、このパスワードは一年サイクルで変更させていただきます。

●デジタルピクチャーサイトより、動画をご覧いただけます。

『デジタルピクチャー』サイトの最後にあります【動画配信サービス】から視聴いただけます。新しい動画が更新されるまでは、視聴可能です。

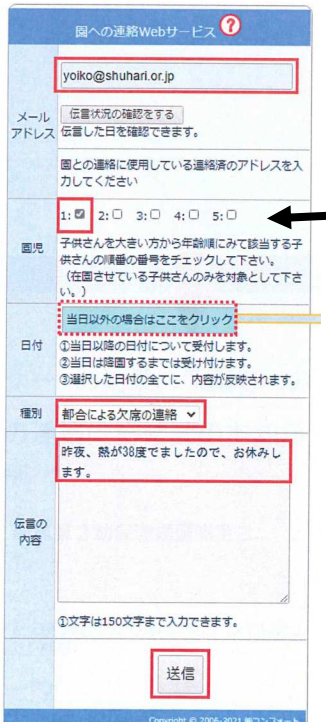
●園への連絡Webサービス』について

五月から開始したWebサービスですが、数名の保護者の方より、操作方法についてのお問い合わせや、エラーで送信できないとのご相談を受けました。

※メールアドレスは、**園で連絡用に使用している保護者メールアドレス**を入力してください。

※園児の順番の番号は、**在園している子どもさんだけの人数**になります。

例）該当の子どもさんは第二子だが、上の子どもさんが小学生以上の場合、番号は『1』にチェックしてください。



※当日分の連絡に関しては、**送信後に園からの自動返信がない場合は、送信できていません。**右記の項目を再度ご確認ください。

翌日以降の送信内容は、園から返信はありませんので、伝言状況の確認をする」で確認ができます。

土曜保育や早迎え、遅れて登園など、シフトが決定次第、登録していただけると助かります。

入力方法にご不明な点がございましたら、事務所までお尋ねください。

【デジタルピクチャー　サイト】

https://digitalpicture.enjikanrisystem.jp/digiphotframe/kurayoshi/login.aspx?em=1

【園への連絡 Web サービス】

https://digitalpicture.enjikanrisystem.jp/hp/data/absenseweb.aspx

6月の給食こんだて

	月（5日・12日）	火（6日・13日）	水（7日・14日）
昼　食	ごはん 鶏肉の利久焼き もやしとにらの炒め物 ごぼうサラダ 小松菜とちくわのすまし汁	ごはん あじフライ れんこんのきんぴら チンゲン菜ともやしの中華和え じゃが芋のみそ汁	ごはん オムレツ じゃが芋とベーコンの炒め物 ひじきのサラダ もやしとわかめのすまし汁
午後のおやつ	ヨーグルト ほうれん草のマフィン	ヨーグルト 手作りクッキー（レーズン）	ヨーグルト 麩の黒ゴマラスク
	木（1日・8日）	金（2日・9日・16日）	土（3日・10日）
昼　食	ごはん 鮭のオニオンマヨネーズ焼き おからの炒り煮 青菜のごま和え なめこのみそ汁	ごはん 酢豚 かぼちゃの煮物 キャベツときゅうりのおかか和え 厚揚げのすまし汁	コッペパン じゃが芋とあさりの豆乳スープ 果物（バナナ）
午後のおやつ	お茶 そばめしおにぎり	ヨーグルト ココアトースト	ヨーグルト せんべい

	月（19日・26日）	火（20日・27日）	水（21日・28日）
昼　食	ごはん 牛肉とピーマンの炒め物 豆腐のきのこあんかけ トマトとしそのサラダ キャベツのみそ汁	ごはん マーボーなす 筑前煮 青菜のおかか和え 麩と卵のすまし汁	ごはん 鯖の塩焼き きんぴらごぼう 切干大根の中華和え あさりのすまし汁
午後のおやつ	ヨーグルト お豆腐蒸しパン	お茶 しらすと塩昆布のおにぎり	ヨーグルト フレンチトースト 28日以上児：お茶・ちまき
	木（22日・29日）	金（23日・30日）	土（17日・24日）
昼　食	ごはん あご団子の甘辛煮 キャベツとちくわの炒め物 きゅうりとハムのサラダ かぼちゃのみそ汁	ごはん 鶏肉の南蛮漬け じゃが芋のそぼろあんかけ ツナともやしの和え物 なすのみそ汁	コッペパン 豚肉ともやしの中華スープ 果物（バナナ）
午後のおやつ	ヨーグルト レーズンカップケーキ	お茶 お好み焼き	ヨーグルト せんべい

行　事	15日　木（誕生会）	
昼　食	カレーうどん 鶏肉のから揚げ キャベツの彩りサラダ 果物（メロン）	
午後のおやつ	アイスココア チーズケーキ	

※月～土曜日の午前中のおやつはヨーグルトのみになります。