

# ひよし保育園だより



2026年4月

No.1



保護者の皆様、ご入園、進級、おめでとうございます。

今年度は、18名の新入園児をお迎えし全園児83名で、新たな一步を踏み出してゆきます。どうぞ、よろしくお願い致します。皆様のご協力で親しみ保育が本日より、始まります。はじめはたくさん泣いてしまうお子さんもあるかと思いますが、思っきり泣くほうが、後々長引かないことが多い様です。大泣きされても、私たちが、責任を持ってしっかりと受け止めていきます。自分の気持ちをはっきり発信できる力、エネルギーがあるのだとご理解下さい。子どもたちの気持ちに寄り添い日々が楽しく過ごせるように尽力いたします。また、保護者の方々もご不安なこと、ご不明なことは、どうぞ遠慮なくお話し下さい。しっかりと受け止め、丁寧にお話ししていきます。

私たち職員は、ひよし保育園の掲げた理念「保育を必要とするすべての子どもたち一人ひとりを大切に、生きる力を育てていきます」「保護者の気持ちに寄り添い、共に育ち合っています」「地域に根ざした子育ての発信基地として保育を実践していきます」に従って運営をすすめていきます。また、互いを信じ助け合いチームで、子どもたちのために志を一つにしてより良い保育を目指していきます。この素晴らしい職員共々どうぞよろしくお願い致します。

園長 山城 一予



## 村山苑の基本理念

社会福祉法人村山苑の基本理念は、村山苑が福祉サービスを必要とするすべての人々に、その人の人格の尊厳を守り、その人の環境、年齢および心身の状況に応じて本来的な生活を築き、生命の輝きを見出すことの出来る福祉サービスを提供することである。

## ひよし保育園

### 運営理念

- ・保育を必要とするすべての子どもたち一人ひとりを大切に、生きる力を育てていきます。
- ・保護者の気持ちに寄り添い、共に育ち合っています。
- ・地域に根ざした子育ての発信基地として保育を実践していきます。

### 保育方針

- ・命を大切に、心身ともにたくましく、じぶんの力で未来を切り拓いていく意欲と主体性のある子どもを集団生活を通して育てていく事を目標とします。

## 【令和 8 年度 事業計画】

### 【重点運営方針】

#### (1) 3年後を見据えた土壌づくり

- ① 法人理念、ひよし保育園の理念の言葉の意味を共通理解し、職員一人一人の役割を自覚し、協力し合い、理念を遂行していく。
- ② 保育 4 園の3年後の未来を見据え「誰もが自分らしく輝ける保育園」をビジョンに掲げ、そこに向けての土壌づくりの1年目とする
  - ・職員の 50%以上が 4 園内で交流をする
  - ・職員の定着に向け(満足度)アンケートを実施する
  - ・人材育成プログラムを作成する
- ③ 入所する子どもの保護者の支援及び地域の子育て家庭に対する支援等を行なうという使命の基、倫理観に裏付けされた専門的知識、技術及び判断をもって、ひよし保育園の特性を活かし、保育並びに保護者支援を行っていく。
- ④ 社会福祉法人の使命である地域貢献に向けて、国分寺市社会福祉協議会、社会福祉法人連絡会と連携を図り実地する(募金活動、フードドライブ、防災について等)
- ⑤ 小学校とそれぞれの教育・保育の特性を生かしながら連携し、子ども一人一人の育ちと学びを連続的に支えていく。(国分寺市における幼保小連携事業の連携)
- ⑥ 保育フェア、4 園フェア(村山苑)、就職相談会、実習養成校へのアプローチの継続
  - ・実習生・ボランティアを積極的に受け入れ、人材確保に繋げる
  - ・人事評価制度を実施し、個々の資質向上を目指す  
(職務・キャリアアップ専門リーダー等の目標設定と役割の執行を含む)
  - ・内部研修の充実(外部研修の学びを内部研修として実施し、学びの共有化を図る)
  - ・ICT 化推進で業務の軽減化、休憩時間・ノンコンタクトタイムを協力し合い確保する
  - ・「働きやすい職場宣言」を行い、働きやすい職場環境を整備していく
- ⑦ 児童虐待防止に努め、育児不安を抱える家庭の支援を関連機関と連携して進める
- ⑧ 苦情解決・第三者評価結果の課題の改善に努め、質の向上を図る
- ⑨ SDGsの取り組みを保育の一環として継続

### 【重点サービス計画】

- ① 国が策定した「はじめの 100 か月の育ちのビジョン」を推進していく。
- ② 子どもの人権・人格を尊重する保育の推進と共に、虐待防止の徹底を図る
  - ・園児・保護者、家族に対し常に人権を尊重し、親切丁寧を旨とし、言語態度には細心の注意を払い、笑顔・挨拶を心がけて接する
  - ・『保育所における虐待防止ブック』を基に虐待防止の徹底
  - ・『虐待チェックリスト』『人権擁護のためのセルフチェックリスト』も併せ実施
  - ・人権に関する研修への参加し、虐待防止に関する、内部研修を実施
  - ・風通しの良い風土づくり:「偏愛マップ」「私のトリセツ」「緊迫シグナル」の実施
- ③ 「保育所保育指針」の基、「全体的な計画」、「年間指導計画」、「短期指導計画」の連動・PDCA サイクルを実施し、保育の質の向上を目指す
- ④ 苦情・第三者評価利用者の調査結果を踏まえ、自園の強みと課題を抽出し、強みの強化と課題の改善を図り、保育の資質向上に努める

⑤ 地域支援をチームで取り組み充実を図る

- ・東京都保育サービス推進事業に関わる項目の100%実施や地域に開けた行事の実施
- ・「学校訪問」「校庭さんぽ」「幼保小合同研修」「小学校参観保育園」等を行い、小学校との連携を図る。小学生交流の実施、「就学支援シート」や「児童保育要録」を有効活用し移行の円滑化を図る
- ・「トータルケアサポートむらやまえん生活相談所」と連携を図り、支援を進める
- ・近隣の高齢者施設(デイサービスセンター日吉の里)との交流を継続
- ・地域型小規模保育所「藤田保育室」との協定で園庭開放や交流、支援を継続
- ・地域の子育て家庭へ園庭交流や誕生会へのお誘い、給食試食会等を継続
- ・地域の小学校との交流や中学生の職場体験等を受け入れ、実習生、学生アルバイト、ボランティア等次世代育成を実施
- ・国分寺市の基幹と連携を図り、研修等に積極的な参加を図る

⑥ 「とうきょうすくわくプログラム」を引き続き、実施する



## 行事予定

### 4月

- 1日(水) 親しみ保育1日目  
(新入園児は保護者の方と一緒にすごします。)
- 13日(水) 健康体育
- 15日(水) みんな友だちの会
- 18日(土) 全体懇談会
- 22日(水) 誕生会・小学生交流日
- 23日(木) 避難訓練

### 5月

- 11日(月) 健康体育
  - 13日(水) 誕生会☆
  - 14日(木) 幼児(3.4.5歳)お散歩遠足  
(お弁当は要りません)
  - 21日(木) 避難訓練
  - 22日(金) 健康体育・園医健診
  - 28日(木) 幼児カレー作り
- ※5歳視力検査 予定



## 「お知らせ」

☆お子さんの誕生月の誕生会に保護者の方も参加していただけます。

**参加希望の方は**、ご予約の調整をお願いいたします。

☆お迎え時間、お迎えに来る人の変更を、電話にてお願いしていましたが、15時までは職員がコドモンの連絡を確認できるため、**15時まではコドモンでの変更をお受けします。**

**ただし、15時以降は確認が出来ないため、お手数ですが電話での連絡をお願いします。**

**例外として、電車の遅延等で電話ができない時はコドモンでの連絡でかまいません。**

また、連絡をいただく方はお迎え予定者以外でも構いませんが、必ず行き違いのないように共有をお願いします。

### 「お願い」(全体懇談会でもお伝えしますが、年度初めのお願いです)

☆個人情報保護の為、園内で保育中のお子さんの様子や、写真を含む掲示物の撮影はご遠慮ください。

☆登降園の際は駐車場内での事故を防ぐため、**自転車も降りて青く塗られたゾーンを通行してください。**

☆駐車場では遊ばせないで下さい。

☆玄関のドアはお子さんが勝手に出てしまわないように、必ず閉めてください。次の方が出るか判断に迷った際は「一旦閉めておきますね」と声をかけ閉めてください。

☆玄関から道路まで一直線になっています。**自転車門は必ずその都度開閉し**、お子さんの飛び出し事故につながらないようにご協力をお願いいたします。

☆自転車門について

・自転車門については、安全管理上10時より15時まで施錠を行っています。玄関の暗証番号とは別になりますので、インターフォンを押してください。

・門が壊れてしまうので、門には乗らないで下さい。

☆**園内外、すべての鍵は保護者の方が必ず開閉してください。**

## ひよし文庫ご紹介

ひよし保育園は「絵本」を読むことを大事にしています。保育の中では毎日様々な絵本の読んでいます。また、誕生会ではクラスに毎月1冊絵本のプレゼントがあり年長クラスの子どもたちが郵便屋さんとなって各クラスに届けてくれています。「絵本届いたよー」「よんで」「この本みたことないよ！たのしみ！」と喜びの声が聞かれます。保育園でもたくさんの絵本に触れますが、お家でも親子で楽しんで頂きたいと「ひよし文庫」を設置しています。

いつでも自由に選んでお家に持って帰り読んで頂いて良い文庫です。

ルールは2つです。1回2冊まで。返してから次の絵本を借りる。

親子では是非「絵本」の世界を楽しんでくださいね。



## お誕生会保護者参加についてのお知らせ

お誕生会の時に、お誕生月のお子さんの保護者の方に参加していただき、一緒にお祝いをしています。(撮影可)

以下の日程・時間で行って参りますので、ぜひ都合をつけていただき、ご参加ください。

お誕生会日程

4/22(水) 5/13(水) 6/17(水) 7/15(水) 8/26(水) 9/16(水)

10/21(水) 11/18(水) 12/9(水) 1/13(水) 2/17(水) 3/3(水)

たんぽぽ(0歳児)→9:30～

たけのこ(1歳児)くるみ(2歳児)→9:45～

まつぼっくり(3歳児)しいのみ(4歳児)くすのき(5歳児)→10:10～



\*保護者2名(おばあちゃんやおじいちゃんでも可能)までの参加とさせていただきます。

\*お誕生会開始10分前にお子さんとお越しください。終了後、お子さんと帰られても構いませんし、お仕事に行かれても構いませんので、クラスにお伝えください。

## 今日の出来事(別名:ドキュメンテーション)配信について

☆日中のクラスの様子を、(月)～(土)17:00に、文章のみ、または写真+文章で、コドモンアプリへ配信します。

☆保育を行いながらの写真撮影になる為、子どもたちの安全を優先し、写真が撮れない日もあります。また、多少のブレていることがあります。ご了承ください。

☆個人情報となりますので、SNSに載せず、配信された写真はご家族のみで共有してください。

☆写真は保育記録です。載せられた写真が販売されない事もあります。また、枚数に関しては個人差が生じる事を予めご承知おきください。



## 2026年度第1回

### 全体懇談会・クラス懇談会お知らせ

新入園児、進級児の保護者の方が集まり、懇談会を行います。  
全体会の後にクラス懇談会を予定しています。ご参加よろしく  
お願い致します。

日時: 2026年4月18日(土)

★乳児クラス(たんぽぽ0歳児・たけのこ1歳児・くるみ2歳児)

全体会: 9時30分～10時30分

クラス懇談会: 10時35分～11時10分

★幼児クラス(まつぼっくり3歳児・しいのみ4歳児・くすのき5歳  
児)

全体会: 10時50分～11時30分

クラス懇談会: 11時30分～12時

- \*保護者1名の参加でお願いします。
- \*できるだけお子さんは家庭保育でお願いします。  
(何かございましたら、ご相談ください)
- \*年度初めの懇談会ですので予定をつけて  
ご参加下さいますようお願い致します。



# ほけんだより



2026年 4月

ひよし保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。園でも、子どもたちの様子を見守っていきたいと思います。子どもたちが健康で安心安全に集団生活が送れるようにしていきます。1年間宜しくお願いします。

## 4月の目標

- 新しい環境に慣れる
- 生活リズムを整える

## 4月の予定

- 9日(木)身体測定(幼児)
- 10日(金)身体測定(2歳児)
- 13日(月)身体測定(1歳児)
- 14日(火)身体測定(0歳児)
- 24日(金)園医健診(0~2歳児)

## 3月の感染症状況

- インフルエンザB:4名
- ウイルス性胃腸炎(お腹の風邪):15名
- 溶連菌感染症:3名

## 登園前の健康チェックをお願いします。

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外を繋ぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。



### 目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

### 耳

- 耳を触る(気にするそぶりがある)
- 耳垂れが出る

### 皮膚

- ポツポツが出来ている
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くあれている

### 鼻

- 鼻水・鼻づまり
- くしゃみが出る

### おしっこ・うんち

- 回数や状態(色やかたさなど)、におい(すっぱいにおいはしょうかができない)がいつもと違う

いつもとちがう...と思ったら、お知らせください

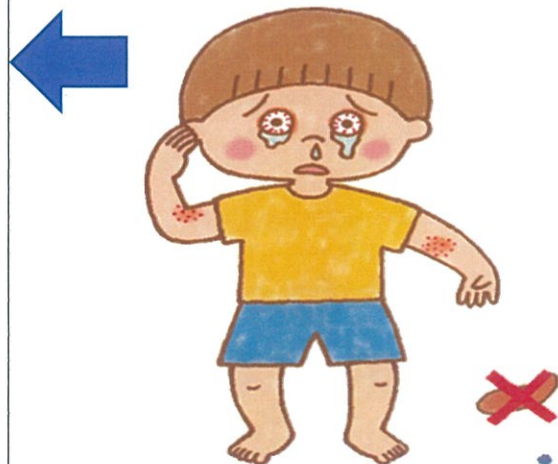
目に見える症状が無くても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

体力がついてきて感染症にかかる回数は少なくなります。まだ自分の体調を的確に表現できません。ちょっとした不調のサインを見逃さないようにしましょう。また、トイレが自立すると、うんちの回数や状態を把握しにくくなるので注意してください。

## こんなサインに注意!

- 「疲れた」「痛い」と言う...おしゃべりが上手になっても、自分の体調を適切に言うのは、まだまだ難しい年齢。腹痛ではないが、具合の悪い時に「お腹が痛い」と言ったり、「だるいことを「疲れた」と言ったりすることもあります。
- 姿勢が悪い...背中がぐにゃりと曲がっている、頬杖をつくなんとなくぼんやりしている...などは、疲れが溜まっているサイン。体調不良の入口と考え、早めに休憩を取りましょう。
- 喧嘩が増える...大好きな遊びをすぐにやめてしまう、友だちとの喧嘩が増えるのは、心の元気が減っているサインです。

## 幼児クラスでも



## 目安を守って、元気に登園しよう

熱や嘔吐、下痢などからの病み上りは、家では元気でも、園で長時間過ごすまでに回復していないことが良くあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引く恐れがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってください。



### 熱

- ・前日に 37.5℃ を超える熱が出ていない。
- ・解熱剤を使ってから、24 時間経っている。

### 嘔吐

- ・前日(24 時間以内)に嘔吐がない。
- ・食べたり飲んだりしても吐かない。

### 下痢

- ・前日(24 時間以内)に、水のような便の出た回数が 1 回まで。
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が 1 日に数回。

## 衣類を見直してケガ防止

小さな子どもは…

- ・頭が重く、体のバランスが悪い
- ・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる

けがをしやすい!!

お子さんの衣類、  
ここをチェック

**スポンの丈はくるぶしまで**  
長すぎると転びやすくなります。長い裾を折り上げるだけでは時間とともに落ちてきてしまうので、縫いつけてとめましょう。

**フードのひもは怪我の原因に**  
フードのひもは遊具に引っかかって転んだり、首がしまったりする要因になります。園で着るものはシンプルで動きやすいものを選びましょう。

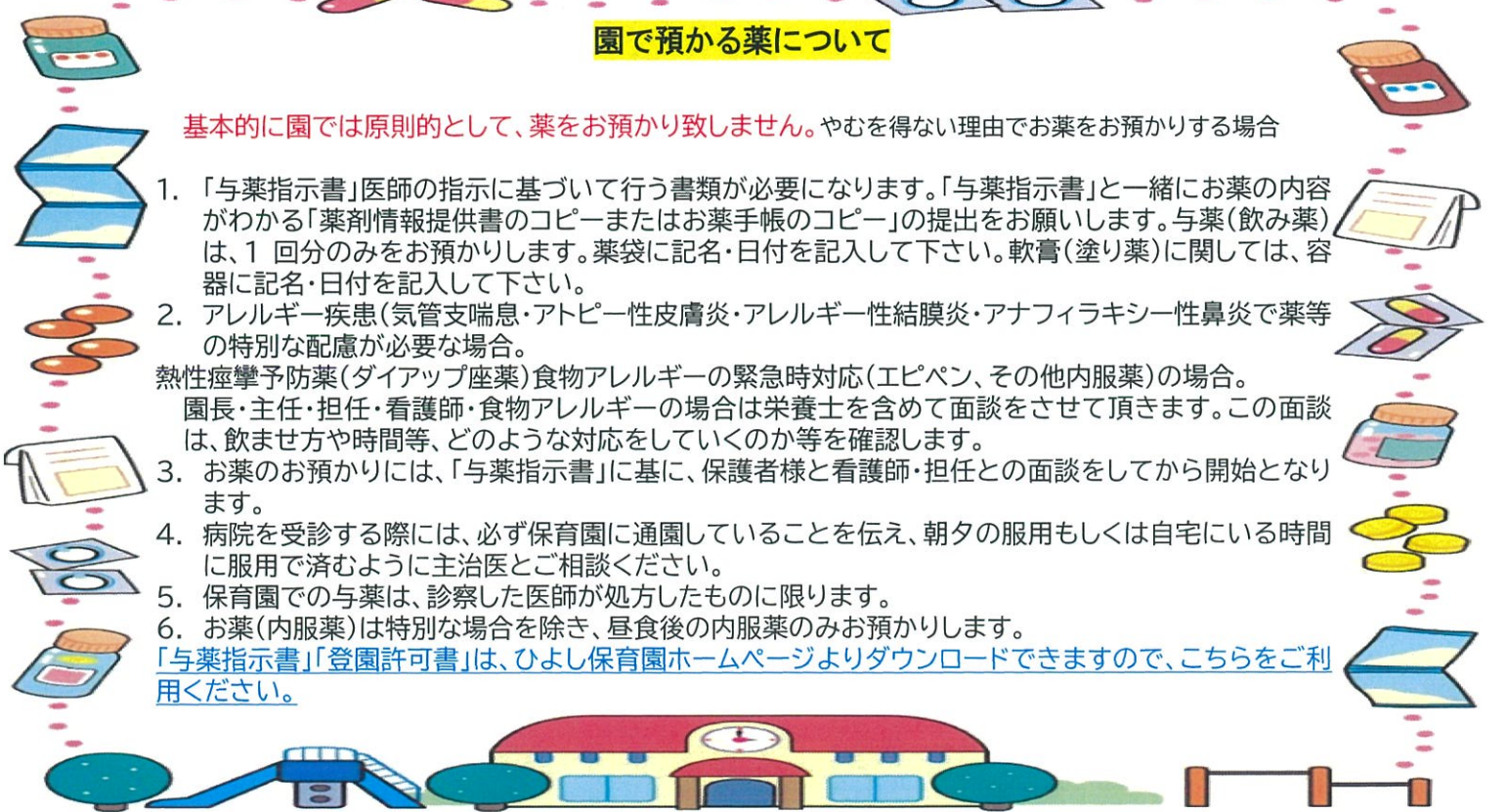
**靴はピッタリのものを**  
靴が緩いと歩きにくく脱げたり転んだりします。つま先に 5mm~1cmほどの余裕があるものを



## 園で預かる薬について

基本的に園では原則的として、薬をお預かり致しません。やむを得ない理由でお薬をお預かりする場合

1. 「与薬指示書」医師の指示に基づいて行う書類が必要になります。「与薬指示書」と一緒にお薬の内容がわかる「薬剤情報提供書のコピーまたはお薬手帳のコピー」の提出をお願いします。与薬(飲み薬)は、1 回分のみをお預かりします。薬袋に記名・日付を記入して下さい。軟膏(塗り薬)に関しては、容器に記名・日付を記入して下さい。
2. アレルギー疾患(気管支喘息・アトピー性皮膚炎・アレルギー性結膜炎・アナフィラキシー性鼻炎で薬等の特別な配慮が必要な場合。  
熱性痙攣予防薬(ダイアップ座薬)食物アレルギーの緊急時対応(エピペン、その他内服薬)の場合。  
園長・主任・担任・看護師・食物アレルギーの場合は栄養士を含めて面談をさせていただきます。この面談は、飲ませ方や時間等、どのような対応をしていくのか等を確認します。
3. お薬のお預かりには、「与薬指示書」に基に、保護者様と看護師・担任との面談をしてから開始となります。
4. 病院を受診する際には、必ず保育園に通園していることを伝え、朝夕の服用もしくは自宅にいる時間に服用で済むように主治医とご相談ください。
5. 保育園での与薬は、診察した医師が処方したものに限りです。
6. お薬(内服薬)は特別な場合を除き、昼食後の内服薬のみお預かりします。  
「与薬指示書」「登園許可書」は、ひよし保育園ホームページよりダウンロードできますので、こちらをご利用ください。





2026年4月  
ひよし保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。  
4月より、本田美智代（栄養士）、河合裕美（調理員）が加わり新しい給食チームとなりました。どうぞよろしくお願いいたします。  
子どもも大人も新しい環境の中で少し緊張の日々が続きますが、一日でも早く保育園の生活に慣れていけるといいですね。  
今年度もおいしい手作り給食で子どもたちの成長を応援していきたいと思ひます。



### 今月の地場野菜



JAさんから地元国分寺市の農家さんの野菜（地場野菜といいます。）を仕入れて、献立にとりいれています。毎月の給食だよりでその月に使用する地場野菜をお伝えしていきます。

今月は端境期（はざかいぎ）のため、入荷はありません。

### 今月の野菜平均使用量

ひよし保育園では1日に必要な野菜摂取量の約半分を目標に献立をたてています。1ヶ月の献立で使用する野菜の平均使用量をお知らせしていきますので、ご家庭でも参考にしてみてください。

	3才以上幼児 （目標使用量）	3才未満乳児 （目標使用量）
緑黄色野菜	43.3g（40g）	34.8g（30g）
淡色野菜	66.8g（50g）	54.2g（40g）

### 献立紹介

#### \*春野菜スープ

春キャベツ・新たまねぎ・新にんじんの入った野菜の甘みがやさしい具たくさんのおスープです。じゃが芋などを加えればポトフ風にもなり、忙しい日の一品に活躍しそうですね。

～材料～（大人2人・子ども2人）

春キャベツ 約1/4個  
新たまねぎ 約1/2個  
新にんじん 約1/3本  
鶏ひき肉 30g  
（ベーコンやソーセージでもOK!）  
油 大さじ1/2  
水 4カップ  
コンソメ 小さじ1  
食塩 小さじ1/2

～作り方～

- ① キャベツ・たまねぎは細切り、にんじんはいちょう切りなど、食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に油を熱し、鶏ひき肉を炒める。
- ③ ①を加えて、野菜がしんなりしたら水をいれて煮る。
- ④ 野菜がやわらかくなったら、スープの味をみて、コンソメ、塩で味付けをする。

# 春野菜を食べて 免疫力アップ!



スーパーなどで新たまねぎ、新にんじん、新じゃが芋、新ごぼうが並び始めると、春の訪れを感じさせてくれます。春野菜は他にも、春キャベツ、グリーンアスパラ、なのはな、スナップえんどう、たけのこ、ニラ、せり、ふき、うどなどがあります。鮮やかな緑色、芽吹きの特徴的な香りがする野菜が多いのが特徴的です。緑色が濃い物は、ビタミンC、β-カロテンなどが豊富です。せりやうどのように、独特の苦みや香りがある物は、強い抗酸化力のあるポリフェノール類を含みます。これらは、免疫力をアップさせて、アレルギーや花粉症の予防にもおすすめです。



旬の時期に旬の野菜を食べることで、自然と健康な体が作られていきます。ひよし保育園の給食でも旬を大切に、献立に取り入れながら、子どもたちに伝えていきたいと思います。



# 一日のスタートは 朝ごはんから



朝ごはんを食べると、頭と体、そして腸にも目覚めのスイッチが入ります。温かいみそ汁の香りや目玉焼き、サラダの色は、「おいしそう」と五感を働かせて脳を刺激します。パンやごはんは集中力や記憶力を高め、おかずとなる卵、肉、大豆製品は、体温と活力を高めて快便を促します。そしてなにより、家族といっしょに食べることが心の栄養にもつながります。新年度は環境が変わって子どもたちもドキドキの日々です。ドタバタと忙しい朝の時間ですが、今より10分の早起きするだけでも大人も子どもも心の余裕が生まれますよ。元気もりもりになる朝ごはんを大切に、気持ちよく一日のスタートを切れるといいですね。



日付	献立	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未測定	材 料 名				延長補食
				熱と力になる	血や肉や骨になる	体の調子を整える	(〇は午後おやつ) 調味料	
01 水	たけのこごはん さわらの西京焼き ひじきの煮物 ポテトサラダ みそ汁(もやし・ほうれん草)	マカロニきな粉 牛乳	606.0(514.7) 30.8(25.9) 20.1(16.7) 1.9(1.5)	ごはん、じゃがいも、 マカロニ、マヨネーズ、油	〇牛乳、さわら、鶏肉、 〇きな粉、さば節、油揚げ、ツナ	もやし、人参、きゅうり、 ほうれん草、たけのこ、 コーン、いんげん、ひじき、 昆布	〇砂糖、みそ、しょうゆ、 みそ、砂糖、みりん、酒、 みりん、食塩、〇食塩	ラスク
02 木	パン 牛乳 鶏肉のケチャップ煮 コールスローサラダ かぼちゃのグリル スープ(たまねぎ・にんじん)	手作りのり 佃煮ごはん 麦茶	548.0(467.1) 22.1(18.4) 17.6(14.4) 1.6(1.3)	パン、〇胚芽米、マヨネーズ、 サラダ油、油	牛乳、鶏肉、〇さば節	かぼちゃ、玉葱、 キャベツ、人参、えのき茸、 しめじ、〇のり	ケチャップ、砂糖、 〇しょうゆ、〇みりん、 〇酒、食塩、酢、 〇砂糖、コンソメ、 こしょう	せんべい
03 金	豚丼 切干し大根の中華和え みそ汁(豆腐・わかめ)	ナポリタン 牛乳	589.6(503.1) 24.7(20.8) 23.1(19.3) 2.0(1.7)	胚芽米、〇スパゲティ、 油、ごま油、 〇オリーブ油	〇牛乳、豚肉、豆腐、 ツナ、 〇ペーコン	人参、玉葱、 〇玉葱、小松菜、 ねぎ、 〇ピーマン、 〇人参、 切干大根、 わかめ、 しょうが	だし汁、みそ、 しょうゆ、 〇ケチャップ、 砂糖、 みりん、 酢、 酒、 〇食塩、 〇こしょう	ビスケット
04 土	チキンライス ゆでブロッコリー ポテトスープ	リングドーナツ 牛乳	570.5(488.3) 20.2(16.9) 21.3(18.1) 1.8(1.4)	胚芽米、じゃがいも、 油	〇牛乳、鶏肉、 ペーコン	玉葱、 ブロッコリー、 コーン、 ほうれん草、 人参、 グリーンピース	ケチャップ、 食塩、 コンソメ、 こしょう	クラッカー
06 月	マーボーごはん きんぴらごぼう みそ汁(さつまいも・しめじ)	お好み焼き 牛乳	572.4(495.4) 23.5(20.3) 21.0(18.4) 2.5(2.1)	胚芽米、さつまいも、 〇小麦粉、 片栗粉、 〇油、 ごま油	〇牛乳、豆腐、 豚肉、 〇豚肉、 ごま油	ごぼう、 〇キャベツ、 人参、 ねぎ、 しめじ、 しょうが	だし汁、 〇だし汁、 みそ、 しょうゆ、 〇ソース、 砂糖、 酒、 〇ケチャップ、 〇食塩、 〇こしょう	蒸しパン
07 火	ごはん カジキの竜田揚げ かぼちゃの甘煮 ひじきの煮物 みそ汁(はくさい・えのき)	ホットケーキ 牛乳	595.1(498.1) 23.5(19.5) 17.2(14.3) 2.3(1.9)	ごはん、 〇ホットケーキ粉、 片栗粉、 〇メープルシロップ、 油、 〇油	〇牛乳、 かじき、 〇豆乳、 油揚げ	かぼちゃ、 白菜、 人参、 えのき茸、 いんげん、 ひじき、 しょうが	だし汁、 しょうゆ、 みそ、 砂糖、 みりん、 酒、 みりん	クラッカー
08 水	パン 牛乳 ミートローフ 洋風野菜煮 スナッフえんどう スープ(かぶ・たまねぎ)	みそ焼きおにぎり おしゃぶりこんぶ 麦茶	552.4(471.6) 21.1(17.5) 17.5(14.3) 1.7(1.5)	パン、 じゃがいも、 〇ごはん、 片栗粉、 マヨネーズ、 油	牛乳、 豚肉、 豆腐、 ペーコン	玉葱、 かぶ、 人参、 スナッフえんどう、 いんげん	〇みそ、 〇みりん、 ケチャップ、 〇砂糖、 ソース、 食塩、 コンソメ、 しょうゆ、 こしょう	ビスケット
09 木	ごはん さばのみそ煮 ブロッコリーのおかか和え 切干大根の旨煮 若竹汁	クラッカーサンド 牛乳	540.8(460.2) 26.0(21.5) 21.6(18.6) 2.1(1.8)	ごはん、 〇クラッカー	〇牛乳、 鱈、 豆腐、 〇チーズ、 油揚げ、 かつお節	ブロッコリー、 人参、 たけのこ、 〇いちごジャム、 わかめ、 切干大根、 しょうが	だし汁、 だし汁、 しょうゆ、 みそ、 みりん、 砂糖、 酒、 食塩	ラスク
10 金	ごはん 和風ハンバーグ ピーマンの佃煮 れんこんのきんぴら みそ汁(キャベツ・あげ)	にゅうめん 牛乳	548.4(477.6) 23.3(19.9) 19.5(16.1) 2.5(2.1)	〇そうめん、 ごはん、 片栗粉、 ごま油、 油、 サラダ油	〇牛乳、 豚肉、 豆腐、 〇油揚げ、 油揚げ、 しらす、 ごま油	ピーマン、 れんこん、 キャベツ、 ねぎ、 人参、 玉葱、 〇人参、 〇ねぎ、 ひじき	だし汁、 〇だし汁、 みそ、 しょうゆ、 みりん、 〇しょうゆ、 砂糖、 酒、 〇みりん、 食塩、 〇食塩	せんべい
11 土	チャーハン 具だくさんみそ汁	あんぱん 牛乳	551.6(470.0) 21.6(18.2) 17.8(14.8) 1.8(1.6)	ごはん、 〇パン、 じゃがいも、 片栗粉、 油	〇牛乳、 豚肉、 〇あずき、 さば節	人参、 玉ねぎ、 ピーマン、 ねぎ	みそ、 しょうゆ、 みりん、 酒	ビスケット
13 月	カレーライス 春野菜スープ オレンジ	米粉のチヂミ 牛乳	596.2(516.3) 21.9(18.5) 23.9(19.9) 2.2(1.8)	じゃがいも、 胚芽米、 〇米粉、 油、 〇油、 〇ごま油	〇牛乳、 豚肉、 〇豚肉、 ペーコン	玉葱、 清見オレンジ、 人参、 キャベツ、 トマトピューレ、 〇にら、 〇コーン、 にんにく、 しょうが	カレールー、 〇しょうゆ、 コンソメ、 〇食塩、 食塩、 〇砂糖、 こしょう	ラスク
14 火	ごはん 高野豆腐の卵とじ 大根のナムル 磯辺さつまいも みそ汁(白菜・油あげ)	わかめうどん 牛乳	587.8(495.9) 23.1(19.7) 20.2(16.8) 2.5(2.2)	うどん、 ごはん、 さつまいも、 米粉、 油、 サラダ油、 ごま油	〇牛乳、 卵、 鶏肉、 〇鶏肉、 油揚げ、 高野豆腐、 ごま油	白菜、 大根、 玉葱、 人参、 きゅうり、 〇人参、 〇ねぎ、 〇わかめ、 椎茸、 青のり	だし汁、 みそ、 〇しょうゆ、 しょうゆ、 砂糖、 〇みりん、 〇酒、 酢、 〇食塩、 〇砂糖、 食塩	クラッカー
15 水	ゆかり御飯 鶏のから揚げ かぼちゃのサラダ 野菜の海苔和え みそ汁(大根・油あげ)	フルーツヨーグルト ビスケット 牛乳	609.2(509.7) 27.1(22.5) 19.9(16.6) 2.3(1.9)	ごはん、 マヨネーズ、 スタンプ調味料、 片栗粉、 油	〇牛乳、 〇ヨーグルト、 ツナ、 鶏肉、 油揚げ	大根、 〇みかん、 ほうれん草、 〇パイナップル、 もやし、 〇いちご、 人参、 きゅうり、 〇ブルーベリージャム、 えのき茸、 きゅうり、 かぼちゃ	だし汁、 みそ、 しょうゆ、 みりん、 酒、 〇砂糖、 食塩	ぶどうパン

※ 食材等の都合により、献立を変更する場合があります。

日付	献立	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未満児	材 料 名				延長補食
				熱と力になる	血や肉や骨を作る	体の調子を整える	調味料	
16 木 ピッカリン	パン 牛乳 鮭のカレークリーム焼き ブロッコリーのソテー さつま芋のオレンジ煮 スープ(キャベツ・たまねぎ)	中華おこわ ごまじゃこ 麦茶	560.6(501.6) 28.4(24.4) 17.9(15.4) 1.9(1.7)	パン、さつまいも、 ○ごはん、○もち 米、マヨネーズ、パ ン粉、○油、サラダ 油、オリーブ油	牛乳、鮭、○豚 肉、○いわし、○ご ま	ブロッコリー、キャ ベツ、玉葱、コー ン、オレンジジュ ース、コーン、○人 参、えのき茸、パセ リ、○椎茸	砂糖、○砂糖、○ しょうゆ、酒、○オ イスターソース、食 塩、コンソメ、○食 塩、カレー粉、こ しょう	クラッカー
17 金 食育 (広島県)	ごはん 呉(くれ)の肉じゃが 煮菜(にじゃー) トマト みそ汁(豆腐・わかめ)	二色サンド 牛乳	604.0(516.9) 24.2(20.4) 22.3(19.1) 2.1(1.8)	じゃがいも、ごは ん、○パン、こん にやく、サラダ油	○牛乳、豚肉、豆 腐、○チーズ、油 揚げ、○バター、 にぼし	トマト、玉葱、大 根、ねぎ、○いち ごジャム、わかめ	だし汁、だし汁、み そ、しょうゆ、みり ん、砂糖、みりん、 酒	ビスケット
18 土	豚そぼろあんごはん 具だくさんみそ汁	黒糖蒸しパン 牛乳	574.9(492.4) 24.4(20.6) 19.3(16.1) 1.6(1.4)	○パン、じゃがい も、胚芽米、油、片 栗粉	○牛乳、豚肉、さ ば節	玉葱、ほうれん草、 人参、ねぎ、わか め、しょうが	みそ、しょうゆ、砂 糖	せんべい
20 月	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め にんじんしりしり 浅漬け わかめスープ	コーンマヨトースト 牛乳	551.7(452.5) 22.5(18.4) 23.6(20.0) 2.2(1.8)	ごはん、○パン、 ○マヨネーズ、ごま 油、油	○牛乳、豚肉、ツ ナ	キャベツ、人参、か ぶ、もやし、○コー ン、ピーマン、玉 葱、わかめ、コー ン、○玉葱、きゅう り、にんにく、しょう が	だし汁、みそ、しょ うゆ、中華だし、 酒、みりん、砂糖、 食塩	クラッカー
21 火	ごはん さばのねぎ塩焼き アスパラとじゃこのソテー かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(だいこん・わかめ)	こぎつねごはん 牛乳	552.3(466.1) 27.1(22.6) 20.5(17.3) 2.5(2.1)	○ごはん、ごは ん、ごま油	○牛乳、鯖、○油 揚げ、鶏肉、しらす	かぼちゃ、大根、 グリーンアスパラ、 ねぎ、人参、わか め、にんにく、しょう が	だし汁、○だし汁、 だし汁、みそ、しょ うゆ、○しょうゆ、砂 糖、○みりん、○ 砂糖、酒、こしょう	ラスク
22 水 誕生会	黒糖パン 牛乳 デミグラハンバーグ 粉ふき芋(青のり)、 三色ソテー コーンスープ	レモン パウンドケーキ 麦茶	622.5(530.0) 22.3(18.4) 28.2(24.2) 2.6(2.1)	じゃがいも、パン、 ○小麦粉、片栗 粉、サラダ油、オリ ーブ油、油、○粉 糖	牛乳、豚肉、○ 卵、○バター、 ベーコン	玉葱、コーン、もや し、れんこん、コー ン、人参、ピーマ ン、マッシュルー ム、○レモン果汁、 パセリ、○レモン、 青のり	○砂糖、ハヤシル ウ、食塩、コンソ メ、カレー粉、こ しょう	せんべい
23 木	ごはん 煮魚 筑前煮 スナックえんどう みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	焼きそば 牛乳	581.6(492.9) 29.9(24.8) 15.9(13.6) 2.3(1.9)	○焼きそばめん、ご はん、里いも、マヨ ネーズ、○ごま油	○牛乳、かじき、鶏 肉、○豚肉、○か つお節	かぼちゃ、れんこ ん、スナックえん どう、○キャベツ、人 参、玉葱、ごぼう、 ○人参、えのき 茸、いんげん、○ ピーマン、しょう が、○青のり	だし汁、しょうゆ、 ○ソース、みそ、砂 糖、酒、みりん、み りん	ぶどうパン
24 金	ごはん 豆腐の中華煮 れんこんの梅和え 大根の白みそ煮 みそ汁(はくさい・油あげ)	大学芋 牛乳	556.3(475.1) 19.9(16.2) 16.5(14.0) 2.1(1.7)	○さつまいも、ごは ん、○サラダ油、 片栗粉、油、ごま 油	○牛乳、豆腐、鶏 肉、油揚げ、○ご ま、かつお節	大根、れんこん、 白菜、人参、もや し、椎茸、えのき 茸、グリーンピース、 梅干	だし汁、だし汁、○ 砂糖、みそ、みそ、 砂糖、しょうゆ、み りん、酢、オイス ターソース、○しょ うゆ、中華だし	ビスケット
25 土	ちゃんぽん風うどん さつま芋のサラダ 塩ゆでブロッコリー	ジャムパン 牛乳	573.9(485.3) 22.0(18.5) 16.4(12.9) 2.3(1.8)	うどん、○パン、さ つまいも、マヨネ ーズ、油、ごま油	○牛乳、鶏肉	キャベツ、ブロッ コリー、○いちごジャ ム、人参、きゅうり、 ねぎ、干しぶどう	だし汁、みそ、食 塩	せんべい
27 月	コーンピラフ スナックえんどう クリームシチュー	青のトースト 麦茶	532.2(446.2) 24.5(20.2) 18.0(15.3) 1.8(1.5)	じゃがいも、胚芽 米、○パン、○油、 油、サラダ油	牛乳、とり肉(若鶏 もも・皮なし)、豚 肉、バター	玉葱、コーン、人 参、スナックえん どう、グリーンピー ス、 ○青のり	ホワイトソース、コ ンソメ、○しょうゆ、 食塩、こしょう	クラッカー
28 火	パン 牛乳 タンドリーチキン さつま芋とりんごの甘煮 野菜ソテー スープ(かぶ・たまねぎ)	切干大根ごはん 麦茶	567.6(511.0) 23.0(20.3) 20.1(17.4) 2.1(1.8)	パン、さつまいも、 ○胚芽米、○油、 油	牛乳、鶏肉、○豚 肉、ベーコン	キャベツ、かぶ、り んご、人参、玉葱、 ピーマン、○人 参、干しぶどう、○ 切干大根、レモン 果汁、にんにく	ケチャップ、砂糖、 ○しょうゆ、○みり ん、しょうゆ、食 塩、○砂糖、コンソ メ、カレー粉、こ しょう	ビスケット
30 木	ハヤシライス れんこんサラダ 野菜スープ	いもようかん 牛乳	609.9(515.3) 20.6(16.8) 20.2(16.4) 2.2(1.8)	○さつまいも、胚 芽米、じゃがいも、 マヨネーズ、油	○牛乳、豚肉、 ベーコン	玉葱、人参、れん こん、トマトビュ レ、ほうれん草、 コーン、きゅうり、 グリーンピース、し ょうが、○寒天、に んにく	ハヤシルウ、○砂 糖、コンソメ、食 塩、しょうゆ、○食 塩	せんべい

※ 食材等の都合により、献立を変更する場合があります。

16日 ピッカリンランチ(4・5才児)：バイキング方式の給食で、自分で食べられる量を盛り付けます。

17日 食育の日：広島県の郷土料理として給食に「呉(くれ)の肉じゃが」、「煮菜(にじゃー)」を食べます。

食育の日とは：農林水産省が取り組む食育推進施策の一つで、「食育基本計画」の中で毎月19日を『食育の日』として制定しています。  
ひよし保育園では食育の日に、日本各地の郷土料理を献立に取り入れ、その土地に伝わる由来などを子どもたちに紹介していきます。