

村山苑の基本理念

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でき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、共に育ち合っていきます。
- 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。

輝く星たち

先日、卒園児たちの集まりがありました。ひよし保育園に異動する前の姉妹園、ふじみ保育園で卒園した子どもたちです。みんな、なんと40歳！昔話が懐かしく、養沢センターでのお泊り保育が楽しかった！は、全員一致！個々のエピソードや喧嘩の場面も懐かしく楽しそうに語られる貴重な時間でした。遠くは、江東区、瑞穂、八王子、群馬から集ってくれたメンバーもいて、日々の思い出を共有できる絆がそこにありました。日々様々な経験を通して成長し絆を深めてきた子どもたちです。互いにぶつかり合う事もあり、涙する姿もありました。それでも、きょうだいの様に生活を共にして過ごし、思いやりのある子どもたちに育ってくれたと感心します。この子たちの乳幼児期に関われたことを幸せに感じるひと時でした。

子どもがどんな人格の人間になるのかを決定するのが乳幼児期です。その乳幼児の育児は建物でたとえようと、まさに基礎工事ということになります。

世界最古の木造建築の法隆寺を再建した、宮大工の西岡常一は、法隆寺が1300年経ても地震大国の日本で残っているのは、何より基礎工事をしっかりとしているからだとして『木に学べ』という本に残しています。「五重塔は相輪頂上まで32メートル、総重量が120万キロもあります。これが1300年も沈むことなくたっていたのはがっしりとした基礎づくりがあったからです。」地面の上に基壇を作るのではなく、法隆寺は固い粘土層まで地面を掘り下げ、良質の粘土と砂を何度も突き固めて、しっかりとした土台を造りその上にまるで大木が根を這わせるように顕在していると言います。

乳幼児期の育児は、まさに、この基礎工事の時期です。そのあとの小学校、中学校、大学、大学院などは、あとから造っていく建物だと考えてもよいと思います。つまり、基礎工事をしっかりしておかないと立派な建物を築くことが出来ません。また、後からのものは、やり直しがききますが、基礎を壊してやり直すことはできません。保育園の時代に戻ることは二度とできないのです。

この人生の基盤となる乳幼児時期の子どもは、心が動くことで行動します。私たち保育士は、子どもの言葉や姿から目には見えない心を探ります。姿の奥にある心を見つめる、そこに寄り添い必要な手をさしのべていくことが保育です。

子どもが「泣いている」「甘えてくる」「何かに夢中になっている」、この「泣く」「甘える」「夢中」という行動の表面だけにとらわれず、その裏にある「心」を、エネルギーを、魂を、感じなければなりません。行動や姿は、子どもの中の氷山の一角です。行動を突き動かすものが、もっと深いところにあります。この子は何に心をとらわれているのだろうか？と寄り添ってみてあげてほしいのです。

今、目の前の子どもの姿や行動には必ず、意味があるからです。子どもは必要でないことはしません、子どもは遊びを通して様々な経験を積み重ね、人間関係づくりを学び、人生を豊かにしていきます。この時期の絆は、大人になってからも心の暖かな基盤となっていくと信じています。

卒園児たちは、互いの結婚式にも集い合い、子どもを持ちながらも、それぞれの得意分野や興味を広げた仕事につき、「たくましく」成長し深い絆を大切にす、"輝く星たち"です。

これからの予定



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・5歳児視力検査

22日(金) 健康体育・園医健診

27日(水) 交通安全教室

28日(木) 幼児カレー作り



6月

4日(木) 影絵“かかしシャドー”

※登園時、準備のためご迷惑をおかけ
します

8日(月) 健康体育

9日(火) プール開き・4園交流日

11日(木) 避難訓練・消火訓練

17日(水) 誕生会

23日(火) 0歳児懇談会

25日(木) くすのきマスつかみ遠足

26日(金) 健康体育・全園児健診



社会福祉法人村山苑 4園 交流実習のお知らせ

今年度の事業計画でもお伝えしていますが、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。

職員の50%以上が4園内で交流を行う予定です。

すでに始まっていますが、毎月各年齢から姉妹園へ交流に行き、他園からもひよし保育園に来る予定になっています。お互いの保育園のいいところを共有し、大人も子どもも交流を行っていきます。4月は5歳児担任が交流をしており、子どもたちの交流もできないか？という案まで出ているようです♪5/12(火)・26(火)4歳職員→ふじみ保育園へ 5/15(金)ふじみ保育園から4歳へ。

6/9(火)・6/23(火) 3歳職員交換交流つぼみ保育園

先日の夕方、久しぶりに虹ができて、キレイなアーチを描いていました🌈(保育園の事務所から撮影)

いつもすぐに消えてしまうはずの虹が、直前の大雨だったこともあり？ 20分程出たため、お迎えに来た保護者の方と見ることができたお子さんも多かったようです。

何故か虹を見ると幸せな気持ちになり、人にも教えたくくなりますよね。登降園時の雨は大変ですが、雨は虹の原料と思うと、少しは気持ちが軽くなるかもしれませんね！





たんぽぽ

・新しい環境に慣れる ・外気浴をする。

保育園生活が始まり、早くも一ヶ月が過ぎましたね。
子どもたちは新しい環境にも少しずつ慣れてきて、かわいい笑顔も増えていますよ！
気になるおもちゃを触ったり、お部屋の中を探索したりなど、気持ちの余裕も感じられます。まだ、泣いてしまうこともあります。子ども一人ひとりの気持ちを受け止め、無理のないように見守っていこうと思います。また、疲れも出てくる頃なので体調管理に注意しながら過ごしていきたいです。
先日の懇談会へのご参加ありがとうございました。

～製作～

子どもたちの手形をスタンプでぺったんこ！カラフルでかわいい鯉のぼりに変身！しばらく飾り、持ち帰りになりますので、お家でも是非飾ってくださいね！

たけのこ

・新しい環境に慣れる ・戸外で遊ぶ。

3名のお友だちを加え12名の元気いっぱいのたけのこさん。晴れた日には園庭に出たり、散歩を楽しんでいます。散歩では道端やお家のお庭に咲いているいろんな色のお花をみんなで見ながらめたり、たんぽぽの綿毛をそーっと触ってみたり。興味のあるものに出会った時の子どもたちの表情は、とっても素敵です。いろんな車や電車も大好き！誰かの気づきをみんなで楽しんでいこうと思います。5月は暑くなると思いますが、水分補給をしながら元気に過ごしたいと思います。

先日は懇談会へのご参加ありがとうございました！

くるみ

・新しい環境に慣れる。 ・戸外遊びを楽しむ。

暖かくなり、子どもたちも春を感じながら遊びを楽しんでいます。

慣れない環境に涙でいっぱいだった新入園児のお友だちも、少しずつ慣れて沢山の笑顔を見せてくれるようになりました。

園庭では、アリやたんぽぽを見つけて「イタヨ！」「アッタヨ！」と子ども同士で教え合ったり、大人に伝えたりと、みんなで楽しんでいます。まだまだ力加減が難しく、虫たちが弱ってしまう場面もありますが、命を感じたり、指先の力加減を学んだり遊びの中で沢山の学びを感じている子どもたちです。

そして先日は懇談会のご参加ありがとうございました。何かご不明な点は担任まで、お気軽にご質問下さい。

まつぼっくり

- ・散歩を楽しむ
- ・好きな遊びを見つける。

2人の新しいお友だちと一緒に、新年度が始まりました。ちょっとドキドキしながらも、お互いに様子をみながら少しずつ距離をつめています。そして、新しい担任、おもちゃ、いろいろな“新しい”に囲まれながら、自分の好きを探して遊んだり、友だちを誘って一緒に楽しんだりしています。朝の会で、今日やりたいことを発表してやることを自分で決めていくことで主体性を育む機械も作っています。

2階に上がって、大きくなったことを喜んでいる子どもたち。お兄さんお姉さんと一緒にリズムをしたり、行事で一緒に過ごしたりして、すでにたくさんの影響を受けています。今後は3人組の活動も行っていきます。

そして、5月は気温も高くなると思いますが、散歩で公園や、地域の畑にも行きたいと思います。

しいのみ

- ・畑づくりやグループ活動等を通し、役割を知る。
- ・戸外で元気に遊ぶ。

15名でスタートとしたしいのみさん。春は新しいことがたくさんでドキドキやワクワクを感じながらも毎日楽しそうに過ごしています。

しいのみ組で遠出の黒鐘に出かける日もありますが、園庭でも鉄棒やのぼり棒、ボールあそび、集団あそびで身体を動かしています。夕方園庭に出られる日は「イキタイ！」と園庭にでて遊べることを喜んでいます。5月もできるだけ外の陽気を感じられるように外活動を楽しみたいと思っています。

4月は夏野菜決めやグループ決め、こいのぼり製作などの話し合いの機会を作り、話し合うこと経験を大切にしました。自分の意見を伝えること、友だちの意見を聞くことを経験しています。こいのぼり製作でははさみに力をいれてとりくみました。子どもたちがやりたいと言っていた絵の具で染め紙をハサミで切ったかわいいうろこです。是非ご覧ください。

～おねがい～

おたより帳ですが、ページに余白がある場合は、前日の続きのページからの記入のご協力をお願いします。

くすのき

- ・戸外で元気に遊ぶ。 ・グループ活動を通し、友だち関係を拓げる。
- ・畑、当番、係り活動を通し、年長クラスになった自覚を持つ。

くすのきになって1か月、いろんなことを話し合っている子どもたち。

活動ひとつをとってもいくつも意見が出てきます。

そこで今、子どもたちの決め方としてジャンケンと多数決があり、なかなか意見のまとまらない時や大人だと「えっここでしちゃうの？」という場面でも多数決やジャンケンでうまくまとめてしまう姿を

ニマニマしながら見守っています。そして5月といえば

「こいのぼり」子どもたちのアイデア、個性が沢山つまった大きくて素敵なこいのぼりが完成しましたよ！





保健だより

新年度がスタートして、あっという間に1ヶ月が経ちました。子どもたちは新しい環境にもだいぶ慣れてきましたが、少し疲れが出てくる頃かもしれません。体調管理に注意していきましょう。



5月の目標

外でいっぱいあそび
生活リズムを整える

5月の予定

- 7日(木) 幼児身体測定
- 8日(金) 1.2歳児身体測定
- 11日(月) 0歳児身体測定
- 21日(木) 5歳児視力検査
- 22日(金) 園医健診(0~2歳児)



生活リズムは早起きでリセット

旅行などに行くと、いつもと違う生活リズムが変わり、なかなか寝ない、朝はついつい寝坊・・・など、睡眠のリズムが乱れがち。そんなときは、早起きのリズムを整えましょう。

早起きのコツは、「起きたら日の光を浴びること」。体内時計は24時間より少し長いので、夜更かしになりがち。朝、日光を浴びて体を目覚めさせると、体内時計をリセット出来ます。早起きすると、夜は自然と眠くなります。眠くないのに無理して早く寝かせるより、早起きをして朝ご飯を食べ、日中しっかり遊ぶほうが、子どもも大人もストレスがかりません。



朝、起こすときには、カーテンを開けて外の光を入れましょう。直射日光でなくてもOKです。

朝ご飯は、必ず食べましょう。体を目覚めさせますし、体を動かすエネルギー減としてだけでなく、成長を支えるためにも欠かせません。



子どものけが！

●ズボンの裾はくるぶしまで
0~2歳児は脚力が弱い、頭が重く転びやすいなど、**転倒が多い時期**。ズボンの裾が長いと足にまとわりついて歩きにくくなったり、滑ったりするもとなるので、**丈の合ったズボン**をはかせましょう。
裾を折り返すだけだと時間とともに落ちてきてしまうので、縫いつけて留めるのがベストです。



小さな子どもは、次のような怪我をしやすい特性があります。

- あたまが重く、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。
- 危険なことを予測できない

●爪は短く、角はやすりで削って
子どもの爪は薄く、ちょっとひっかいただけでも皮膚に傷がついてしまいます。
特に1歳児では、噛みつきなどのトラブルが多く見られます。**爪は1週間に一度チェックして短くカットし、やすりで丸く整えてあげましょう。**ただし、巻き爪になりやすい子どもは、両わきをあまり深く切りすぎないようにしましょう。






ヒトメタニューモウイルス感染症が流行りました



ひよし保育園では、新年度初めから、ヒトメタニューモウイルス感染症で、お休みしているお子さんがみられました。風邪症状のウイルスで、病院を受診しても「ただの風邪だろう」と言われ、検査をする医療機関は少ないようです。疾患名がわかり、保護者の方より、いち早くコドモンでお知らせ頂き、感染症報告ができています。本当にご協力頂き、有難うございます。症状・予防は、以下の通りです。

ヒトメタニューモウイルス 5つの症状

1.  主に冬から春にかけて流行します

ヒトメタニューモウイルスは2001年に発見された呼吸器ウイルス

2. ヒトメタニューモウイルスの5つの主な症状



軽度の場合、鼻水、咳、喉の痛み、発熱、倦怠感がみられます

3. 重症化した場合



気管支炎や肺炎、高熱、持続的な咳、呼吸困難、喘鳴などの症状が現れます

4. 予防策



手洗い、アルコール消毒、咳エチケット、マスクの着用が効果的

<https://medicaldoc.jp/news/news-202501n0875/>

高熱のあとに発疹が出る突発性発疹

突発性発疹は、2歳くらいまでに多くの子どもがかかる病気です。0歳でかかり、初めての高熱にびっくりしたら、突発性発疹だった...というケースが多いようです。突発性発疹は1回で済むと思われがちですが、2回かかることがあるので、あわてないようにしましょう。



注意
突然高い熱が出て、熱誠痙攣を引き起こすことがあります。

3日くらい熱が続く
突然、38～40度の高い熱が出ます。鼻水や咳などの症状がなく、熱のわりに元気なのが特徴です。水分をしっかりとらせ、汗をこまめに拭いて、気持ちよく過ごせるようにしてあげましょう。

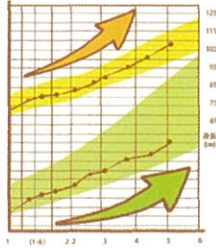


ポツポツが出る
熱が下がると、赤い発疹がお腹や背中に出てきます。この発疹が出て初めて、突発性発疹とわかります。

登園再開の目安
熱が下がったら、1日は様子を見てしっかり体を休ませ、医師の診断を受けて登園すると良いでしょう。

4月の感染症

- ヒトメタニューモウイルス感染症: 4名
- 溶連菌感染症: 1名
- 胃腸炎(下痢): 1名



お知らせとお願い

園では毎月、子どもたちの身長と体重を計測しています。ぜひ母子健康手帳などの身体発達曲線(成長曲線)に記入して、お子さんの成長を見てください。また、予防接種を受けた時は、「成長の記録」への記入をお願いします。





2026年5月
ひよし保育園

入園・進級して1ヵ月が経ちました。新しい環境にも慣れ、給食やおやつを友だちと仲良く食べている姿も見られるようになってきました。給食を通して、食事は楽しいものであり、体にはもちろん心にもおいしいものである！と感じてもらえたらと思います。そしてこの時期になると少し疲れもでてきます。体調も崩しやすくなるのでご家庭でも、食事の栄養バランスや、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

今月は旬の食材グリーンピースのさやむきのお手伝いを子どもたちにしてもらおう予定です。

今月の地場野菜

今月は、入荷はありません。

今月の野菜平均使用量

|  | 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 | 44.6g (40g) | 35.8g (30g) |
| 淡色野菜 | 67.6g (50g) | 54.1g (40g) |



献立紹介

*レモンパウンドケーキ

好評だった4月のお誕生会ケーキのレシピです。保育園ではフレッシュの国産レモンを絞り、皮もすりおろしてケーキに使用しました。レモンの他に、この時期に出回っている国産のかんきつ類（甘夏、夏みかん、ジューシーフルーツなど）を使ってオレンジケーキにもアレンジできます。☆外国産のかんきつ類には多くの場合、防カビ材として収穫後にポストハーベスト農薬が使用されていますので、注意しましょう。

～材料～(パウンド型約1台分)

| | |
|-----------|------|
| 小麦粉 | 100g |
| ベーキングパウダー | 6g |
| 砂糖 | 100g |
| 卵 | 100g |
| バター | 80g |
| レモン果汁 | 30g |
| 粉糖 | 少々 |

～作り方～

- ①小麦粉とベーキングパウダーをあわせてザルなどでふるっておく。パウンド型には油(分量外)を塗っておく。
- ②別のボウルにバター、砂糖、卵の順によく練り混ぜる。
- ③①を加え、ヘラで粉っぽさがなくなるまでさっくりと混ぜる。このとき、練らないで切るように混ぜるのがポイントです☆
- ④180度に余熱したオーブンで25～30分焼く。竹串をさして生地がついてこなければOK!

おいしく食べよう グリーンピースは今が旬!

子どもが嫌がりがちなグリーンピースですが、含まれる栄養素は、たんぱく質、ビタミンB群、C、β-カロテン、そして多くの食物繊維です。これらは免疫力を高め、新陳代謝を円滑にし、かぜ予防、便秘改善に役立ちます。お米といっしょに炊く豆ごはんや、ポタージュ、天ぷら、バター炒めなど、いろいろな調理法で味わいましょう。

今の季節は、さや付きの新鮮な生の豆が出回ります。保育園では食育活動として、グリーンピース、そら豆のさやはずしをしていく予定です。

苦手克服のコツ：嫌いの壁を乗り越えるひと工夫

子どもが嫌がる原因（見た目、匂い、食感）を探り、それに合わせた工夫で抵抗感を減らしましょう。



・見た目を変える

色や形が嫌いな場合は、細かく刻んで色味を隠し、ハンバーグやオムレツなどに混ぜ込みましょう。取り出せないように調理することで、知らず知らずのうちに栄養を取らせることができます。

・食感を工夫する

野菜をポタージュやペースト状にしたり、逆に揚げてカリッとさせたりと、触感をかえることで、口に運びやすくなります。

| 日付 | 献立 | 3時おやつ | エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未測定 | 料名 | | | | 延長補食 |
|-------------------------------|---|---------------------------------|--|---|-----------------------------|---|--|-------|
| | | | | 熱と力になる | たんぱく質になる | 体の調子を整える | 調味料 | |
| 01 金 | ごはん マーボー豆腐 ブロッコリーのおかか煮 きんぴらごぼう みそ汁(だいこん・ねぎ) | 兜サンド 牛乳 | 606.9(518.8) 25.5(21.6) 23.8(20.2) 2.3(2.0) | ごはん ○パン 片栗粉 ○マヨネーズ 油 ごま油 | ○牛乳 豆腐 豚肉 ○チーズ ○バター ごま かつお節 | ブロッコリー 大根 ごぼう ねぎ 人参 ○スナップえんどう ○ジャム ○人参 しょうが | だし汁 みそ しょうゆ 砂糖 酒 みりん | せんべい |
| 02 土 | 鶏そぼろあんごはん 具だくさんみそ汁 | リングドーナツ 牛乳 | 556.1(471.5) 23.3(18.2) 19.7(16.8) 1.3(1.1) | 胚芽米 じゃがいも 油 片栗粉 | ○牛乳 鶏肉 さば節 | 玉葱 人参 ねぎ しょうが | みそ しょうゆ 砂糖 | ビスケット |
| 07 木 | ごはん 鶏つくねのあんかけ さつま芋のいとこ煮 トマト はるさめスープ | ホットケーキ 牛乳 | 585.3(488.8) 19.5(15.3) 14.4(11.4) 1.6(1.4) | ごはん さつまいも ○ホットケーキ粉 ○メープルシロップ 春雨 片栗粉 サラダ油 ○油 ごま油 | ○牛乳 鶏肉 ○豆乳 | トマト 白菜 人参 ねぎ ごぼう | 三温糖 しょうゆ 中華だし みりん 酒 砂糖 食塩 | クラッカー |
| 08 金 | ピースごはん さばのねぎ塩焼き 切干し大根の旨煮 トマト 相性汁 | きな粉あげばん プルーン 牛乳 | 603.1(517.3) 25.2(21.2) 23.1(20.0) 2.3(2.0) | ごはん ○パン さつまいも ○サラダ油 油 ごま油 | ○牛乳 鯖 豆乳 ベーコン 油揚げ ○きな粉 さば節 | トマト 大根 ねぎ グリンピース 切干 大根 にんにく しょうが 昆布 | だし汁 みそ 酒 しょうゆ ○砂糖 砂糖 食塩 ○食塩 こしょう | ラスク |
| 09 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 | ジャムバン 牛乳 | 644.3(541.7) 21.1(17.8) 24.9(19.7) 2.2(1.8) | うどん ○フレンチホール(パン) さつまいも マヨネーズ 油 ごま油 | ○牛乳 豚肉 | キャベツ ブロッコリー ○ブルーベリージャム 人参 きゅうり ねぎ 干しぶどう | だし汁 みそ 食塩 | せんべい |
| 11 月 | ごはん 松風焼き じゃが芋甘辛煮 トマト みそ汁(豆腐・わかめ) | 春キャベツ の Pasta 牛乳 | 561.6(479.9) 26.0(22.2) 17.0(14.3) 2.1(1.8) | ごはん じゃがいも ○スパゲティ 片栗粉 油 ○オリーブ油 | ○牛乳 鶏肉 豆腐 豆腐 ○ツナ ○しらす ごま | トマト 玉葱 ○キャベツ 人参 ○玉葱 わかめ 青のり | だし汁 みそ みりん しょうゆ 酒 砂糖 ○しょうゆ みりん ○酒 ○コンソメ | ビスケット |
| 12 火 幼児 ピッカリン ランチ | ごはん 豆腐のうま煮 れんこんの梅和え アスパラとじゃこのあえ物 みそ汁(さつま芋・わかめ) | 大根餅 牛乳 | 573.9(459.7) 21.6(17.4) 16.8(13.6) 2.2(1.7) | ごはん さつまいも ○片栗粉 ○米粉 片栗粉 ○ごま油 油 ごま油 | ○牛乳 豆腐 豚肉 ○ツナ しらす かつお節 | れんこん 人参 グリーンアスパラ 玉葱 しめじ ○切干 大根 わかめ ○大根 梅干 しょうが | だし汁 みそ しょうゆ 砂糖 みりん 酢 ○しょうゆ 酒 ○砂糖 ○食塩 | ぶどうパン |
| 13 水 誕生会 | ふりかけごはん カジキの竜田揚げ 大根のナムル ひじきの煮物 みそ汁(豆腐・ねぎ) | ココアオレンジ ケーキ 牛乳 | 548.7(470.9) 20.3(16.7) 20.1(17.2) 2.4(2.0) | ごはん ○小麦粉 片栗粉 ○油 油 ごま油 ○粉糖 | ○牛乳 かじき 豆腐 油揚げ ごま | 大根 人参 きゅうり ○マーマレード ねぎ いんげん ひじき 青のり しょうが | だし汁 ○砂糖 しょうゆ みそ みりん 酒 砂糖 酢 みりん 食塩 | クラッカー |
| 14 木 幼児遠足 | ごはん 五目厚焼き卵 アスパラとベーコンのソテー トマト みそ汁(だいこん・あげ) | ごまドーナツ 牛乳 | 545.3(464.9) 20.8(17.3) 22.4(19.1) 1.7(1.5) | ごはん ○ホットケーキ粉 ○サラダ油 油 サラダ油 | ○牛乳 卵 ○豆腐 鶏肉 ベーコン 油揚げ ○ごま | トマト 玉葱 大根 グリーンアスパラ 椎茸 いんげん 人参 | だし汁 みそ ○砂糖 しょうゆ 砂糖 みりん 食塩 こしょう | ビスケット |
| 15 金 | パン 牛乳 鮭のカレークリーム焼き にんじんサラダ ブロッコリーの三色和え スープ(かぶ・トマト) | アスパラ チャーハン おしゃぶりこんぶ 麦茶 | 540.9(490.0) 23.8(20.8) 19.6(16.9) 1.8(1.6) | パン ○胚芽米 マヨネーズ オリーブ油 パン粉 ○油 サラダ油 | 牛乳 鮭 ○豚肉 | 人参 ブロッコリー トマト かぶ 玉葱 コーン ○玉葱 ○グリーンアスパラ コーン 干しぶどう パセリ | マーマレード 酢 酒 食塩 ○しょうゆ コンソメ ○食塩 カレー粉 ○こしょう こしょう | せんべい |
| 16 土 | チキンライス ポトフ スナップえんどう | ビスケット せんべい 牛乳 | 626.5(503.6) 25.8(20.7) 19.2(15.5) 2.2(1.7) | 胚芽米 じゃがいも ○せんべい 油 サラダ油 | ○牛乳 鶏肉 鶏肉 | 人参 玉葱 スナップえんどう キャベツ いんげん グリンピース | ケチャップ コンソメ 食塩 こしょう | ラスク |

※ 食材等の都合により、献立を変更する場合があります。

12日 ピッカリンランチ(4・5才児):パ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。

19日 食育の日:石川県の郷土料理として給食に「鶏肉の治部煮」、「めった汁」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。

| 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 | 料 名 (○は午後おやつ) | | | | 延長補食 |
|-----------|--|--------------------------|--|--|------------------------------------|---|--|-------|
| | | | | 熱と力になる | たんぱく質 | 体の調子を整える | 調味料 | |
| 18月 | ごはん ピーマンの細切り炒め さつま芋のきんぴら 大根の白みそ煮 みそ汁(豆腐・わかめ) | クラッカーサンド 牛乳 | 619.5(498.0) 22.3(18.0) 22.8(18.4) 2.2(1.8) | ごはん さつまいも ○クラッカー 春雨 サラダ油 片栗粉 | ○牛乳 豚肉 豆腐 ○チーズ しらす | 大根 ビーマン 玉葱 ○ジャム ビーマン ビーマン わかめ | だし汁 だし汁 みそ 砂糖 しょうゆ みそ みりん 酒 オイスターソース | 蒸しパン |
| 19火 食育 | ごはん 鶏肉の治部煮(石川県) 小松菜の煮浸し めった汁(石川県) | 焼きそば 牛乳 | 597.3(496.8) 29.2(24.4) 16.9(14.5) 2.4(2.0) | ○焼そばめん ごはん さつまいも 麩 片栗粉 ○ごま油 油 | ○牛乳 鶏肉 豚肉 ○豚肉 油揚げ かつお節 | 小松菜 大根 ○キャベツ 人参 ごぼう ねぎ ○人参 椎茸 ○ピーマン ○青のり | だし汁 ○ソース みそ しょうゆ 砂糖 酒 みりん 食塩 | クラッカー |
| 20水 | ごはん 魚の甘酢あんかけ アスパラのお浸し 磯辺さつまいも みそ汁(だいこん・なめこ) | キャロットクッキー 牛乳 | 563.0(452.9) 19.2(15.5) 17.3(14.0) 1.6(1.3) | ごはん さつまいも ○小麦粉 サラダ油 米粉 ○油 片栗粉 | ○牛乳 鱈 ○豆乳 ○おから | 玉葱 大根 グリーン アスパラ 人参 ○人参 椎茸 ねぎ なめこ ○干しぶど う しょうが 青のり にんにく | だし汁 ○砂糖 みそ ケチャップ 砂 糖 しょうゆ 酢 酒 食塩 | ラスク |
| 21木 | パン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ 粉ふき芋(青のり) スープ(たまねぎ・にんじん) | こぎつねご飯 麦茶 おしゃぶりこんぶ | 562.7(484.6) 21.6(18.2) 21.2(17.6) 2.2(1.9) | じゃがいも フレー ンボール(パン) ○ 胚芽米 マヨネーズ 片栗粉 油 | 牛乳 鶏肉 ○油揚 げ ベーコン ○ご ま | キャベツ 人参 玉 葱 えのき茸 ○人 参 青のり | ○だし汁 マー マレード ○しょうゆ ○砂糖 ○みりん みりん 砂糖 しょう ゆ 食塩 コンソメ 酢 | せんべい |
| 22金 | ごはん さわらの西京焼き 切り昆布の炒め煮 さつま芋のサラダ みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) | ピザトースト 牛乳 | 626.7(531.4) 27.3(23.1) 22.1(19.1) 2.5(2.2) | ごはん さつまいも ○パン マヨネーズ ○油 ごま油 | ○牛乳 さわら 豚 肉 ○チーズ ○ ベーコン かつお節 | かぼちゃ 人参 トマトピューレ ○玉 葱 きゅうり ねぎ 干しぶどう 昆布 ○ピーマン ○にん じく しょうが | だし汁 みそ 砂糖 みそ 酒 みりん しょうゆ ○ケチャ ップ ○食塩 食塩 ○こしょう | ビスケット |
| 23土 | ミートスパゲティー ポテトスープ | 黒糖蒸しパン 牛乳 | 570.7(490.1) 24.8(21.0) 19.6(16.2) 2.1(1.8) | ○パン スパゲ ティー じゃがいも 油 サラダ油 | ○牛乳 豚肉 ベー コン | 玉葱 トマト コーン ほうれん草 人参 | ケチャップ ソース 砂糖 酒 食塩 コ ンソメ こしょう | クラッカー |
| 25月 | ドライカレーライス フレンチサラダ ポテトスープ | 洋風お好み焼き 牛乳 | 630.8(518.7) 23.2(19.2) 24.3(20.5) 1.6(1.4) | ごはん じゃがいも ○小麦粉 サラダ油 米粉 油 ○油 | ○牛乳 豚肉 ○ ベーコン ○チーズ ベーコン | 玉葱 キャベツ ○ キャベツ バイナッ プル 人参 ほうれ ん草 ○コーン ビーマン グリン ピース にんにく しょうが | ケチャップ ○ソー ス 酢 ○ケチャッ プ コンソメ 砂糖 食塩 ○食塩 カ レー粉 ○こしょう こしょう | ラスク |
| 26火 | ごはん さばの梅煮 ひじきのナムル かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁(だいこん・ほうれん 草) | ミックスゼリー ビスケット 牛乳 | 575.1(462.6) 24.1(19.4) 16.4(13.3) 1.8(1.5) | ごはん ごま油 | ○牛乳 鯖 鶏肉 さば節 | かぼちゃ ○りんご ジュース ○みかん ジュース 大根 も やし ○みかん ○ バナナッフル ほう れん草 人参 きゅ うり ひじき 梅干 ○寒天 しょうが | だし汁 ○砂糖 みそ しょうゆ 砂糖 みりん 酢 酒 | ぶどうパン |
| 27水 | パン 牛乳 ミートローフ マカロサラダ(きゅうり) ブロッコリーの三色和え スープ(じゃが芋・玉ねぎ) | かつおめし 麦茶 | 623.7(551.8) 24.8(21.6) 25.8(21.3) 2.0(1.8) | パン ○胚芽米 じゃがいも マカロ ニ マヨネーズ 片 栗粉 オリーブ油 油 | 牛乳 豚肉 豆腐 ○かつお ベーコン | 玉葱 ブロッコリー 人参 コーン きゅう り ○しょうが ○昆 布 | ○だし汁 ケチャッ プ ○しょうゆ ○砂 糖 ソース 食塩 酢 コンソメ こしょう | せんべい |
| 28木 | カレーライス 野菜スープ オレンジ | マカロニきな粉 牛乳 | 617.9(538.0) 25.6(22.0) 19.9(16.6) 2.0(1.6) | じゃがいも 胚芽米 ○マカロニ 油 | ○牛乳 豚肉 ○き な粉 ベーコン | 玉葱 かわちばん かん 人参 キャベ ツ ほうれん草 トマ トピューレ にんにく しょうが | カレールウ ○砂糖 食塩 コンソメ ○ 食塩 こしょう | ビスケット |
| 29金 | ごはん 豆腐の中華煮 きんぴらごぼう かぼちゃの甘煮 みそ汁(だいこん・ねぎ) | コンコンブル 牛乳 | 551.0(459.8) 21.8(17.7) 17.3(14.3) 2.4(2.0) | ごはん ○小麦粉 片栗粉 油 ごま油 | ○牛乳 豆腐 鶏肉 ○豆乳 ○バター ごま | かぼちゃ 大根 ごぼう もやし 人参 ねぎ 椎茸 グリン ピース ○干しぶど う | だし汁 だし汁 しょ うゆ みそ 砂糖 ○三温糖 オイ スターソース 食塩 食塩 ○ドライイ ースト | クラッカー |
| 30土 | 焼きとり井 具だくさんみそ汁 | あんぱん 牛乳 | 570.2(490.6) 23.7(20.0) 17.3(14.7) 1.7(1.5) | ごはん ○パン じゃがいも 片栗粉 油 | ○牛乳 鶏肉 ○あ ずき さば節 | 人参 玉葱 ほうれ ん草 ねぎ いんげ ん しょうが | みそ しょうゆ み りん 酒 | ラスク |