



園だより

令和8年4月30日
清末保育園

晴れ渡った空に新緑の木々…清々しさを感じる季節になりました。新しい生活が始まって早くも一ヶ月が経ち、各クラス落ち着いて過ごせる時間は随分と増えてきたように感じます。新入園児はまだまだ不安定で涙が出ることもあります。泣き声は小さくなり緊張して硬かった表情も和らいで、笑顔をたくさん見せてくれています。

爽やかな風に乗って泳ぐ“こいのぼり”に見守られる中、梅雨までの貴重な心地良いこの時期に五感を使ってしっかりと楽しみ、興味・関心を深められる活動をたくさん経験できるように、そして成長へと繋げていけるようにと思っています。

連休明けには親子遠足が控え、子どもたちはとても楽しみにしています。これから日に日に気温は上がり慣れない暑さや疲れから体調を崩しやすい時期になりますが生活リズムを整え体調の変化には十分気をつけていきましょう。子どもだけでなく大人も無理をしないようにしましょうね。体調で気になることやいつもと違う様子があれば、連絡帳や登園時にお知らせください。

行事予定

- 1日 合同集会
- 〃 サッカー教室
(赤組13:00～ 青組14:00～)
- 8日 親子遠足 (リフレッシュパーク豊浦)
※手紙を確認されてください。
- 11・12日 身体測定
- 12日 花の苗植え (青組)
- 14日 紙芝居貸し出し日
- 20日 絵本読み聞かせ 15:00～
- 22日 誕生会
- 土曜日 お弁当の日

楽しい連休を安全に過ごすために

連休中に出かける計画をされているご家庭も多いと思います。お子さんの様子を見ながら無理なく楽しみましょう。いつもと環境が変わる連休中は、思わぬ事故やケガが起こりやすくなります。「手の届く距離」で決して「目を離さない」ように心がけましょう。

※お休み中の緊急連絡は園の携帯にご連絡ください。携帯番号はメールでお知らせいたします。

おねがい

園からの大切なお知らせを、メールや玄関の掲示でお伝えすることが多くなります。こまめに確認をお願いいたします。

個人懇談について

一ヶ月経ち、園での様子・家庭生活についてお話があれば、担任へご相談ください。日程を調整の上、懇談を行いたいと思います。

☆6月18日 歯科検診 10:00～





日	曜	10時(未満児)	主食	献立名	3時おやつ
1	金	麦茶 ヨーグルト	ご飯	ささみチーズフライ 付け合せ ほうれん草のゴマサラダ あおさの味噌汁 オレンジ	牛乳 鯉のぼりケーキ
2	土			お弁当の日	
3	日			憲法記念日	
4	月			みどりの日	
5	火			こどもの日	
6	水			振替休日	
7	木	牛乳 ふかし芋	ご飯	厚揚げの五目中華炒め 豆腐団子のスープ りんご	麦茶 プリン
8	金			親子遠足	
9	土			お弁当の日	
11	月	牛乳 動物ビスケット	ご飯	青椒肉絲丼 もやしとわかめの卵スープ バナナ	牛乳 クッキー
12	火	牛乳 ちくわ	ご飯	魚の甘酢あんかけ アスパラとじゃがいもサラダ ヨーグルト	牛乳 クラッカー
13	水	豆乳飲料 バナナ	パン	鶏のトマト煮 シーザーサラダ 牛乳 りんご	麦茶 ひろしとおかかにぎり
14	木	牛乳 ふかし芋	ご飯	高野豆腐の卵とじ 大根と小松菜のゴマ和え ぶどうゼリー	牛乳 チーズ蒸しパン
15	金	麦茶 ヨーグルト	ご飯	おからナゲット 牛肉とごぼうの煮物 春雨サラダ オレンジ	牛乳 ふかし芋
16	土			お弁当の日	
18	月	牛乳 動物ビスケット	ご飯	親子丼 ほうれん草のゴマサラダ バナナ	牛乳 白玉豆腐ドーナツ
19	火	牛乳 ちくわ	ご飯	魚の味噌焼 小松菜のおかかマヨ和え きのこと汁 ヨーグルト	麦茶 餃子の皮せんべい
20	水	豆乳飲料 バナナ	麺	ナポリタン 豆乳スープ りんご	牛乳 シュガートースト
21	木	牛乳 ふかし芋	ご飯	鶏のレモン焼 アスパラサラダ ほうれん草と卵の味噌汁 ゼリー	牛乳 ハードビスケット
22	金	麦茶 ヨーグルト	ご飯	ハンバーグ 付け合わせ ケチャップパスタ マッシュポテト コーンスープ オレンジ	牛乳 パースデーケーキ
23	土			お弁当の日	
25	月	牛乳 動物ビスケット	ご飯	青椒肉絲丼 もやしとわかめの卵スープ バナナ	牛乳 バナナケーキ
26	火	牛乳 ちくわ	ご飯	魚の甘酢あんかけ アスパラとじゃがいもサラダ ヨーグルト	牛乳 マシュマロクリスピー
27	水	豆乳飲料 バナナ	パン	鶏のトマト煮 シーザーサラダ 牛乳 りんご	麦茶 豆ご飯
28	木	牛乳 ふかし芋	ご飯	高野豆腐の卵とじ 大根と小松菜のゴマ和え パイン	麦茶 フルーツゼリー
29	金	麦茶 ヨーグルト	ご飯	ヒレカツ 牛肉とごぼうの煮物 春雨サラダ オレンジ	牛乳 フライドポテト

広島郷土料理

※仕入、材料等により内容が変更になることもあります。

朝食を食べないと...

- 便秘や腸内環境の悪化。
- 体温が上がらず、免疫力の低下。
- 脳が活発に機能せず、集中力の低下や体がスムーズに動かないといったことが起こります。



朝ごはんも主食(ごはん又はパン)、主菜(魚、肉、卵)、副菜(野菜や海藻、きのこ)が理想です。前日に具だくさんな汁物を多めに作り、朝ご飯にすると副菜の役割にもなります。冷凍食品を利用するのも便利です。

朝ごはんを食べてもらうポイント

- 好きな物を朝食に
- 好きな器で朝ごはん
- 無理な量を食べさせない。
まずは朝、食べる習慣を身につけます。
- みんなで朝ごはんを食べる。
- 早寝、早起き。
遅く寝ると朝がすっきり起きられず、食べる意欲がわきません。