

きたしろいし



令和3年9月1日発行

北白石保育園

園長 福田 志美子

札幌市白石区北郷2条3丁目6番1号

TEL 011-874-8222

記録的な暑い日が続きましたが、朝晩は涼しい風が吹くようになり 秋が近づいていることを感じます。少しずつ日中も過ごしやすく穏やかな天候となることを望んでいます。

また、今月は延期となっていた運動会を予定しています。まだ新型コロナウイルスが猛威を奮っておりますが、安心安全な開催を目指し、日々の成果を十分発揮できるようにしたいと思っております。数々のご協力をお願いする形になるかと思いますが、子どもたちの楽しい思い出となる運動会になりますよう、ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

ひまわりぐみ さくらぐみ たんぽぽぐみ	<ul style="list-style-type: none">○ 夏休み後の生活の調整、積極的に体力作りをする。○ 季節の移り変わりを知り、秋の自然に興味を持つようになる。
ちゅうりっぷぐみ つぼみぐみ	<ul style="list-style-type: none">○ 苦手なものも少しずつ食べてみようとする。

<おねがい>

・緊急事態宣言が発令されました

札幌市より **8月27日(金)～9月12日(日)までの期間、可能な範囲で家庭保育のご協力をお願いしていただくようにとの連絡がありました。**

度重なる要請で大変ご迷惑をおかけしておりますが、感染拡大防止のためご理解いただければと思っております。

・お昼寝用掛け布団の用意をお願いします

まだ、バスタオルを使っていますが、そろそろ掛け布団の用意をお願いします。

ほころびや、ひも等がとれていないか、見ておきましょう。

・運動会の練習が始まります

名前を書いて紅白帽子を持ってきて下さい。つぼみぐみは参加しないのでいりません。

(保育園でも幹旋しています～税込¥650)

活動しやすい服装で来るようにしましょう!特に、女の子のスカートは動きにくく、怪我や事故につながりますのでズボンや半ズボン等をお願いします。

9 月 行 事 予 定

日	予 定	内 容
16日(木)	ピクニック ひまわりぐみ さくらぐみ たんぽぽぐみ	ひまわり・さくら・たんぽぽぐみは、近くの公園へピクニックに でかけます。 持ち物は（水筒・おにぎり・おかず・おしぼり・敷物・ごみ袋） です。水筒以外はリュックサックに入れてきてください。 おやつ・果物は保育園で用意します。 雨天の場合お弁当の日となります。
	お弁当の日 ちゅうりっぷぐみ つぼみぐみ	ご家庭で作った暖かい気持ちのこもった手作り弁当を持参 しましょう。 果物は保育園で用意します。
20日(月)	敬老の日	“老人をいたわりましょう”という日です。 おじいちゃん・おばあちゃんと温かいふれあいの時間を過ごしたい ですね。
21日(火)	十五夜の集い	十五夜は一年中でいちばんお月様がきれいに見えるといわれ、秋に 収穫したものを飾り収穫を感謝する日です。会食をして感謝し、 ペープサートをみんなで見ます。全園児主食はいりません。 マスクの着用をお願いします。
22日(水)	避難訓練	大規模地震を想定しこぶしさくら公園へ避難します。 午後から行う予定です。
23日(木)	秋分の日	昼と夜の長さが同じになり、これからだんだん日が短くなります。
27日(月) 28日(火)	運動会	第48回運動会を行います。 27日(月) さくら・ひまわりぐみ（雨天時：29日） 28日(火) ちゅうりっぷ・たんぽぽぐみ（雨天時：10月1日） 後日“運動会の御案内”に詳細を記載します。 運動会は午前中に行いますが、通常保育で給食があります。 尚、つぼみ組は参加しません。
30日(木)	誕生会	9月生まれの子どもをお祝いします。 今月は人形劇団ブランコさんにお越しいただき、腹話術や人形劇を 楽しみます。 会食がありますので、全園児主食はいりません。 飛沫防止のため、マスクの着用をお願いします。

※今月のシートをはずす日は10日(金)と24日(金)です。
翌日の11日(土)と25日(土)に登園する方は土曜日にはずします。

※ひまわりぐみ(年長)…詩吟 14日・28日 絵画造形教室 24日
変更または中止になる場合もあります。

生活発表会は 11月27日(土)に予定しております。

<給食だより>

9月は食生活改善普及月間です

食事や生活リズムが乱れると血液がドロドロになるといわれています。血液をサラサラにする食材が「おさかなすきやね」です。



「お」お茶のカテキン

「さ」魚のEPA・DHA

「か」海藻のヨード

「な」納豆のナットウキナーゼ

「す」酢のクエン酸

「き」きのこのβグリカン

「や」野菜のビタミン・ミネラル

「ね」ネギのアリシン

これらの食材を積極的に取り入れ

健康な体づくりを心がけましょう。

旬の食材

秋鮭

海で成長したサケが産卵のため川に戻ってくる時期は脂がのり一番おいしい時季です。

カルシウムが豊富な乳製品と組み合わせると吸収率も上がります。



献立紹介

鮭のソース焼き

<材料>	(幼児 10人分)
鮭切り身	40g 10切
中濃ソース	20g
ケチャップ	3g
油	少々

<作り方>

- ①魚は骨を取り除き洗って水気をふきとる
- ②中濃ソース、ケチャップで味をなじませる
- ③クッキングシートをフライパンにひいて焼く
又はレンジやシリコン鍋で加熱する



お弁当は
主食:3
主菜:1
副菜:2

日	曜日	1～2歳児献立 主食	1～5歳児共通献立 昼食	1～2歳児献立		1～5歳児共通献立 午後のおやつ
				午前	午後	
1 15	水	ごはん	味噌汁（豆腐・ホウレン草）・たらのチーズ焼き 春雨サラダ・果物	牛乳 70cc	果物 30g	牛乳（未満児90cc） ※南瓜サンド（1日防災用菓子）
2	木	ごはん	味噌汁（卵・ワカメ）・豆腐チャンプルー 胡瓜ツナ和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ビスケット
3 17	金	バターロール	南瓜ポタージュ・鮭のソース焼き キャベツと人参のサラダ・果物	牛乳	果物	牛乳・せんべい ゆでとうもろこし
4 18	土	広東めん	広東めん・小松菜のり和え・果物	牛乳	果物	牛乳 クラッカー
6	月	ごはん	味噌汁（長葱・エノキ）・南瓜の含め煮 かれの味噌マヨネーズ焼き・果物	牛乳	果物	ヨーグルト・かえり煮干 鉄強化クラッカー
7	火	ごはん	シーフードカレー・キャベツとコーンのサラダ 果物	牛乳	果物	牛乳 ※スイートポテト
8 22	水	ごはん	味噌汁（水菜・シメジ）・納豆かき揚げ 大根ワカメ和え・果物	牛乳	果物	牛乳・グレープゼリー せんべい
9	木	ごはん	味噌汁（白菜・ワカメ）・鶏肉の生姜焼き 人参炒め煮・果物	牛乳	果物	牛乳・昆布 メロンパン
10 24	金	ごはん	味噌汁（芋・舞茸）・豚肉の香味焼き 小松菜しらす和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ジャムスコーン
11 25	土	ちゃんこ風 うどん	ちゃんこ風うどん・青のりポテト・果物	牛乳	果物	牛乳 ビスケット
13 27	月	ごはん	味噌汁（大根・長葱）・豆腐の五目焼き ブロッコリーごま和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ポテトケーキ
14 28	火	ごはん	味噌汁（キャベツ・フノリ）・チキンカツ ホウレン草お浸し・果物	牛乳	果物	ジョア クッキー
29	水	ごはん	味噌汁（油揚げ・玉葱）・豚肉のカレー焼き 三色ナムル・果物	牛乳	果物	牛乳 ※ピザトースト
16	木		麦茶・果物	牛乳	果物	ヨーグルト・かえり煮干 鉄強化クラッカー
21	火	きのこごはん	きのこごはん・スープ・スイートポテト お月見ゼリー	牛乳	果物	牛乳 せんべい
30	木	チキンカツ カレー	チキンカツカレー・キャベツとコーンのサラダ ぶどうジュース・果物	牛乳	果物	牛乳・昆布 メロンパン

材料・その他の都合で変更する場合があります。

※印は手作りおやつです。

◎16日（木） ひまわり組・さくら組・たんぼぼ組：ピクニック、ちゅうりっぷ組・つぼみ組：お弁当の日
 ◎21日（火） 十五夜の集い（各クラスで会食をします。主食はいりません。）
 ◎30日（木） 誕生会（各クラスで会食をします。主食はいりません。）