

# きたしろいし



令和3年11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

先月の運動会では、お忙しい平日にご観覧いただき誠にありがとうございました。前日の雨が嘘のように晴れ、滑って転んでしまう場面も見られましたが、子どもたちは元気に走ったり踊ったりできていたと思います。

ご案内には観覧1名としているため塀の外側や歩道での立ち見をご遠慮願いたく、注意事項として記載しておりましたが、両日ともに少人数ではあるものの立ち見で観覧する方がいらっしゃいました。今後も例年とは異なるお願いをいたしますが、事前にお渡ししますご案内をよくご覧になり、マナーを守って行事に参加していただきたく思っております。ご協力の程、お願い申し上げます。

また、インフルエンザが流行する季節となります。新型コロナウイルス感染症予防同様、日頃から早寝・早起き・朝ごはんを心がけて生活習慣を整え、うがい・手洗いをして予防に配慮すると共に、毎朝の体調（熱・咳・鼻水・便の状態など）にも気をつけましょう。また、体調不良の兆しが見られた場合は早めの受診や十分な休息をとるなどし、インフルエンザに罹った場合は、決められた期間充分休養を取り、完治してから医師の意見書をもらい、登園するようお願い致します。

## 今月の目標

ひまわり組 さくら組 たんぽぽ組	○ 発表会の準備や練習を通して劇あそびや自主的な活動、創造性などを発展させる。 ○ 自主性・仲間意識を育てる。
ちゅうりっぷ組 つぼみ組	○ 遊具の貸し借りも含め、少しの間順番を待って遊べるようになる。

## (おねがい)

◎これからは雪が降り始める季節となります。

雪が積もり次第（11月末位）雪遊びを始めますので、用意を以下の通りお願い致します。

- ・雪遊び用ジャンパー（できればつなぎ） ・帽子
- ・手袋（ナイロン製・ひもをつけて下さい）
- ・スノーブーツ（すぐ冷たくなるので中にボアがついているもの・長めの物）
- ・スノーカバー（ナイロン製）

**※間違いを防ぐため、必ず名前を書いて下さい。**

**※尚、耳かけ・ゴーグルは危険を伴うため保育園では禁止しています。**

### \*苦情・要望等に関して

先日着替えやおしぼりなどの持ち物が他のお子さんの物と間違っていて、まだ戻ってきていないとのご指摘がありました。今後は着替えの際や食後などはしっかり名前を確認し、間違いのないよう職員間で気をつけていきたいと思っております。また、もし間違いがあった場合はすぐに他の保護者の方にも確認し、紛失することのないようにしてまいります。

# 11月行事予定

	予 定	内 容
1日(月)	開園記念日	昭和48年11月1日に開園しました。お祝いは生活発表会にいたします。
3日(水)	文化の日	自由と平和を愛し、今日に至る日本の発展のあとを省み、将来の文化の発展について考え、さらに文化の進んだ国になるように願いを新たにしていける日です。祝日でお休みです。
5日(金)	避難訓練	地震を想定し、避難訓練を行います。 給食室からの出火予定です。
7日(日)	立 冬	暦の上では冬がはじまります。
15日(日)	七五三	数え年で男の子3才・5才、女の子3才・7才にあたり子どもの成長をお祝いします。
22日(月)	勤労感謝の プレゼントを 渡しに行く日	勤労感謝の日に因んで日頃お世話になっている消防署北郷出張所・くどう歯科診療所・すえおかこどもクリニックにひまわり組さんが午後にプレゼントを渡しに行きます。年長・年中組のみんなで作った作品や、花束を持ってバスで出かけます。
23日(火)	勤労感謝の日	みんながお互いに感謝の気持ちを持つ日です。 日頃忘れがちになる「ありがとう」の言葉をいってみてはいかがでしょうか。祝日でお休みです。
25日(木)	誕生会 9時40分 開始	11月生まれの子どもをみんなでお祝いします。 発表会で発表する楽器を披露したり、見たりします。 会食がありますので、主食はいりません。 飛沫防止のため、 <u>マスク</u> の着用をお願いします。
30日(火)	お披露目会 9時45分 開始	発表会の遊戯・劇・オペレッタなどを子供たちで披露しあい、他の組の子ども達が見学します。この日は休まないようにして、登園時間には遅れないようにお願いします。 飛沫防止のため、 <u>マスク</u> の着用をお願いします。 <u>※父母の方の参加はいりません。</u>

シーツをはずす日は**5日(金)**と**19日(金)**になります。  
**6日(土)**、**20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 **9日・16日** 絵画造形教室 **2日**

\* **11月27日(土)**に予定しておりました**生活発表会**は、**運動会が10月の開催になりましたことから、12月11日(土)**に変更させていただきます。  
ご理解の程よろしくお願い致します。詳しい内容は後日プリントにてお知らせ致します。

# <給食だより>

## 免疫力をつけよう

エネルギーの元になる 糖質(ごはんや芋類)や脂質(油やバター)  
丈夫な体を作る たんぱく質(肉、魚、卵、大豆、牛乳)  
風邪などの感染症から身を守る ビタミン(緑黄色野菜、柑橘類)を  
毎日の食事にバランスよく取り入れ、寒さや病気に負けないよう  
適度な運動と休息で生活リズムを整えましょう。



## 11月8日は“いい歯の日”

「ひみこのはがーぜ」という標語をご存知ですか。  
これはよくかんで食べる事により得られる効果を表したものです。

弥生時代の卑弥呼の食事は  
噛む回数が現代の食事の6倍だった  
そうです。  
野菜やきのこ、海藻などは  
噛む回数が増える食材です。

ひみこのはがーぜ



ひ(肥満を防ぐ)  
み(味覚の発達)  
こ(言葉の発音はつきり)  
の(脳の発達)  
は(歯の病気を防ぐ)  
が(がん予防)  
い(胃腸の働き促進)  
ー  
ぜ(全身体力向上)

## <手作りおやつ紹介>



### スイートパンプキン

#### 材料 (幼児5人分)

南瓜	150g
さつまいも	150g
バター	15g
砂糖	15g
フォローアップミルク	20g
水	10g

#### 作り方

- ①南瓜、さつまいもは皮、タネを取り、ゆでてつぶし  
熱いうちにバター、砂糖、水でといたフォローアップ  
ミルクを混ぜる。
- ②俵型にまとめるか、耐熱容器に入れ  
180℃のオーブンで焼く。

※食材の甘味が強ければ砂糖を減らして下さい。



札幌市保育所給食予定・実施献立表

令和3年11月 北白石保育園

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	
15	月	ごはん	味噌汁（玉葱・人参）・さば照り焼き 小松菜納豆和え・果物	牛乳 70cc	果物 30g	牛乳（未満児90cc） 豆パン・昆布
16	火	ごはん	味噌汁（大根・ワカメ）・鶏肉ハンガリー風煮込み 白菜とチンゲン菜のお浸し・果物	牛乳	果物	牛乳 ※フライドポテト
18	木	ごはん	味噌汁（小松菜・舞茸）・豚肉の香味焼き 大根ツナサラダ・果物	牛乳	果物	牛乳 ※スイートパンプキン
19	金	ジャムサンド	米粉のコーンポタージュ・鶏肉のカレー焼き 人参グラッセ風・果物	牛乳	果物	ヨーグルト・かえり煮干し 鉄強化クラッカー
20	土	五目うどん	五目うどん・ブロッコリー中華和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ビスケット
22	月	ごはん	味噌汁（南瓜・長葱）・鶏肉のさっぱり煮 キャベツと人参のおかか和え・果物	牛乳	果物	牛乳 せんべい
30	火	ごはん	味噌汁（キャベツ・シメジ）・炒め納豆 小松菜しらす和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※南瓜パン
24	水	ごはん	味噌汁（白菜・ワカメ）・鮭フライ 切干大根のナムル・果物	牛乳	果物	ジョア クッキー
11	木	ごはん	ハヤシライス・キャベツと胡瓜の甘酢和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※きなこマカロニ
26	金	ごはん	味噌汁（豆腐・玉葱）・ほっけのごま焼き ダイスサラダ・果物	牛乳	果物	牛乳 ※オレンジケーキ
27	土	味噌ラーメン	味噌ラーメン・胡瓜ツナ和え・果物	牛乳	果物	牛乳 せんべい
29	月	ごはん	味噌汁（大根・麩）・すき焼き風煮 ブロッコリー生姜和え・果物	牛乳	果物	牛乳 ※バターポテト
17	水		麦茶・果物	牛乳	果物	牛乳 クッキー
25	木	ハヤシライス	ハヤシライス・サラダ・ジュース・果物	牛乳	果物	牛乳 ※きなこマカロニ

※印は手作りおやつです

◎17日（水） お弁当の日

◎25日（木） お誕生会（お部屋で会食をしますので、主食はいりません。）

毎月1日は野菜の日

19日は食育の日

材料、そのほかの都合で変更する場合があります。