



## ごあいさつ

朝夕は暑さがやわらぎ、虫の音が聴こえるようになりました。園庭でも子ども達は、バッタなどの虫探しに夢中です。味覚の秋を迎え、新米や野菜、果物など秋の恵みがいっぱいです。旬の食材をふんだんに味わい、時には収穫の喜びも経験しながら、体を動かす遊びや登山活動などにも取り組んでいきます。

## トピックス

## お知らせ

\New/



園庭に新しい大型遊具が設置されました。この遊具は、恐竜をイメージしたもので、スライダーが頭部で、ローラー滑り台が尻尾に見立てて作られています。主な特徴として、ターザンスライド、幅広ゴム平均台、木の実太鼓、ハイタッチパネル、極太ロープ一本橋、ネットトンネル、等が新たな装備として加わり、遊具全体に様々な機動性を駆使した仕様となっています。

## 出雲市保幼小交流の日について(きりん)

この日は出雲市内のすべての5歳児が、就学先の小学校へ親子で出かけ、校内の見学や小学生との交流活動で、学校の雰囲気を経験します。

広い校舎や上級生、大勢の先生など保育園とは違うところがたくさんありますが、優しく迎えてもらうことで就学への安心感をもち、期待を高めていけそうです。

## 親子遠足について

20日(金)は、親子遠足です。今年は、宍道ふるさと森林公園(松江市宍道町)へ出かけます。雨天の場合は宍道湖自然館ゴビウス(出雲市園町)です。

当日は、広い公園でたくさん遊んだり弁当を食べたりして、思い出に残る遠足になるといいですね。また、保護者の方同士の良い交流の機会となりますように。

## ハロウィン英語

ルーク先生と一緒に、ハロウィンに関する単語や歌、ダンスなどで楽しいレッスンになりそうです。子どもたちも手作りの衣装や小物で、仮装します。この日はハロウィン献立で、おいしいごちそうをみんなでいただきます。

## 10月の活動計画

日付	曜日	内容
1	日	
2	月	発育測定
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	スポーツの日
10	火	
11	水	
12	木	体操教室(きりん・ジョイナス)
13	金	おべんとうの日
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	出雲市保幼小交流の日(きりん)
18	水	
19	木	
20	金	親子遠足
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	誕生会
26	木	体操教室(こあら・ジョイナス)
27	金	ハロウィン英語 ハロウィン献立
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

- ### 11月の予定
- 1日(水) 発育測定
  - 6日(月) 秋の健康診断
  - 13日(月)
  - 9日(木) 体操教室
  - 20日(木)
- 10日(金) 英語であそぼう  
27日(月) 誕生会  
※予定は変更になる場合があります。  
※ひよこ 個人懇談  
※出雲フィル音楽鑑賞(きりん)  
※はまっこピカピカ大作戦(詳細は、後日お知らせします)



# 10月の献立表



※献立は変更する場合があります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<b>2</b> ごはん 鮭のみそマヨ焼き 春雨サラダ 切干大根の煮物 なすのみそ汁 <b>りんごケーキ</b> 牛乳	<b>3</b> パン 鶏肉のマーメレード焼き さつまバター ほうれん草のツナサラダ きのごスープ <b>焼きそば</b>	<b>4</b> たらこスパゲティー ボークビーンズ ひじきサラダ みるくスープ <b>おかかおにぎり</b>	<b>5</b> くりごはん 肉じゃが 焼きナス酢だれ ブロッコリーおかか和え いもいもみそ汁 <b>きなこトースト</b> 牛乳	<b>6</b> ごはん カレイの煮付け 白和え きんぴらごぼう もやしのみそ汁 <b>みかんゼリー</b>	<b>7</b>  おやつ
<b>9</b>  <b>スポーツの日</b>	<b>10</b> きのごカレーライス フルーツヨーグルト 梅磯和え 大豆の磯煮 <b>麩ラスク</b> 牛乳	<b>11</b> 肉うどん 厚揚げと根菜の煮物 ブロッコリーと ちくわの酢みそ和え <b>さつまいもおにぎり</b>	<b>12</b> ごはん さんまの酢じょうゆ煮 ナムル 焼きじゃが 豆腐のみそ汁 <b>パンプディング</b> 牛乳	<b>13</b>  <b>おべんとうの日</b> <b>大学いも</b> 	<b>14</b>  おやつ
<b>16</b> ごはん ぎよろつけ 野菜の中華風 なすの煮びたし 切干大根のみそ汁 <b>玄米フレーク</b> 牛乳	<b>17</b> パン タンドリーチキン れんこんサラダ じゃがいもチーズ 小松菜スープ <b>お米のスープ</b>	<b>18</b> 野菜たっぷりラーメン 筑前煮 ごまネーズ和え <b>夕焼けおにぎり</b>	<b>19</b> ごはん 焼きさんま 大根おろし コロコロサラダ 豚汁 <b>焼きいも</b> 牛乳	<b>20</b>  <b>親子遠足</b>	<b>21</b>  おやつ
<b>23</b> 秋のごはん 松風焼き 切干大根サラダ 梅人参 なめこのみそ汁 <b>おこのみ焼き</b>	<b>24</b> ごはん 鮭のホイル焼き 大豆とごぼうのそぼろ煮 ほうれん草のみそ汁 <b>りんごパイ</b> 牛乳	<b>25</b> 豚汁うどん 小魚マリネ 小松菜サラダ 金時豆煮 <b>お芋パーティー</b>	<b>26</b> ごはん おからナゲット 柿なます 里芋煮っころがし 麩のみそ汁 ヨーグルト バナナ	<b>27</b>  <b>ハロウィン献立</b> おばけパン かぼちゃグラタン ブロッコリーとささみのサラダ 野菜スープ <b>ハロウィンクッキー</b> <b>りんごジュース</b>	<b>28</b>  おやつ
<b>30</b> ごはん 豚肉の生姜焼き 納豆サラダ 大根のみそ汁 <b>さつまいもホットケーキ</b> 牛乳	<b>31</b> ごはん 鯖の塩麹焼き さつまいもこんぶ 大根梅和え 小松菜のみそ汁 <b>豆腐ドーナツ</b> 牛乳				

## 旬を食べよう！

食欲の秋です！きのこやさつまいも、新米などおいしい食べ物がたくさん季節です。

給食にもたくさん登場してきますよ！毎日の食卓にも取り入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね♪

### おべんとう

今月からおべんとうの日が再開します。  
愛情たっぷりのおべんとうをよろしくお願いします！

#### おいしいお弁当のポイント

味付けは冷めてもおいしいようにしっかり味付けを。  
カレー味やケチャップ味、マヨネーズ味は食べやすいですよ♪

