



ごあいさつ

朝夕の冷え込みに、思わず身震いしそうなこの頃ですが、子ども達は園周辺の散歩やいるかバスでのお出かけ、山登りなどさまざまな体験活動を重ねています。

今月も積極的に園外へ出かける機会を作りながら、読書の秋、音楽の秋、食欲の秋と、深まりゆく秋を満喫したいと思います。

お知らせ

出雲フィル音楽鑑賞について(きりん組)

14日(火)は、荒茅、西園保育園の年長児と一緒に、音楽鑑賞をします。今年は、出雲フィルのメンバーによる、弦楽アンサンブルを予定しています。いろいろな弦楽器の音色に耳を傾け、時には一緒に歌うなど楽しいひとときになりそうです。

いずも子どもフェスタについて(きりん組)

出雲市保育協議会が、50周年を迎えるのを記念して開かれるイベント“いずも子どもフェスタ”に、きりん組の子ども達がステージ出演することになりました。12月2日(土)に出雲市民会館にて行われます。

きりん組の子ども達は、午前中の部のステージで和太鼓を披露する予定です。今は大きなステージでの発表を楽しみに、日々練習に励んでいるところです。

当日はあそびのコーナーもあるなど、親子で楽しめる企画がいっぱいです。きりん組の保護者の方だけでなく、皆さん、ぜひ会場に足を運んでみてくださいね。

散歩に出かけよう!

秋の心地よい風を感じながら、散歩に出かけてみませんか。秋真っ盛りの今、山が色づいていく様子や秋の草花、木の実など、子ども達にとっては発見がいっぱいです。毎日の忙しさの中、家事の手を少しだけ止めて戸外へ出かけて歩くだけでも、ゆったりとした気分になります。子ども達のかわいらしい泣きも聞かれることでしょう。

きりん組は就学の準備として、小学校までの通学路を歩いてみるのもいいですね。

お願い

• かばんにキーホルダーやマスコットをつけるときは、**小さめのものを1つだけ**にしましょう。大きいもの、また、数をたくさんつけると引っかかりやすく、特に園外へ出かけた際は枝などに引っかかり危険です。ご家庭で、お子さんのかばんを確認してみてください。

11月の活動計画

日付	曜日	内容
1	水	
2	木	
3	金	文化の日
4	土	
5	日	
6	月	秋の健康診断(きりん・こあら・うさぎ) 発育測定 ひよこ個人懇談開始
7	火	
8	水	
9	木	体操教室(こあらジョイナス)
10	金	英語であそぼう
11	土	離乳食教室
12	日	
13	月	秋の健康診断(りす・あひる・ひよこ)
14	火	出雲フィルコンサート(きりん)
15	水	おべんとうの日
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	体操教室(きりんジョイナス)
21	火	
22	水	はまっこピカピカ大作戦
23	木	勤労感謝の日
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	誕生会
28	火	
29	水	
30	木	

浜中校区生活振り返り週間
(ダウンメディア)

- 12月の予定
 - 8日(金)誕生会
 - 1日(金)発育測定
 - 2日(土)いずも子どもフェスタ(きりん)
 - 7日(木)体操教室
 - 14日(木)
 - 8日(金)クリスマス英語
 - 22日(金)クリスマス英語
 - 28日(木)希望保育日
 - 29日(金)希望保育日
 - 30日(土)~1月3日(水)年末年始休業
- *予定は変更になる場合があります。

11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
		1 ミートスパゲティー ジャーマンポテト 野菜の中華風 豆乳スープ 中華おこわ	2 きのごはん 鯖のカレー天ぷら 大豆とひじきのサラダ チンゲン菜のおかか和え もやしのみそ汁 ツナマヨトースト 牛乳	3 文化の日	4 おやつ
6 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ 切干大根のみそ汁 チーズスティックパイ 牛乳	7 パン 煮込みハンバーグ 小松菜サラダ さつまいもオレンジ煮 根菜スープ ナポリタン 	8 きつねうどん 五目豆 梅磯和え 黒米こんぶおにぎり	9 わかめごはん 厚揚げのそぼろ煮 れんこんサラダ ブロッコリーときのこのソテー ほうれん草のみそ汁 スイートポテト 牛乳	10 ごはん 赤魚と白ネギの煮付け ナムル さつまいもの天ぷら 豆腐のみそ汁 麩ラスク 牛乳	11 おやつ
13 さつまいもカレーライス フルーツヨーグルト 白菜サラダ 切干大根煮 バナナホットケーキ 牛乳	14  七五三お祝い献立 サーモンライス 鶏肉のコーン揚げ さつまいもとかぼちゃのサラダ こんブロッコリー わかめスープ じゃがまる	15  おべんとうの日 いもけんぴ	16 ごはん 鯖のみそ煮 大徳寺なます 里芋煮ころごし 豚汁 じゃこおやき	17 ごはん 鶏肉の梅マヨ焼き ごぼうサラダ あらめ煮 小松菜のみそ汁 ハムチーズサンド 牛乳	18 おやつ
20 ごはん 鮭のゆず焼き かぶサラダ 高菜の炒め煮 さつまいものみそ汁 あべかわマカロニ 牛乳	21 パン 鮭と大豆のシチュー ささみのマリネ 大根チーズ焼き お米のスープ	22 野菜たっぷりラーメン 鶏肉の中華焼き れんこんおかかバター ブロッコリーごま酢和え 大豆とじゃこおにぎり	23 勤労感謝の日	24 和食の日 ごはん さんまの酢じょうゆ煮 すのもの 卵の花煮 白菜のみそ汁 焼き芋 牛乳	25 おやつ
27 ごはん 手羽元と大根煮 納豆サラダ 麩のみそ汁 さつまいものガレット 牛乳	28 ごはん 高野豆腐の五目煮 ごまネーズ和え 船場汁 みそスコーン 牛乳	29 けんちんうどん 小魚マリネ 白菜とりんごのサラダ 金時豆煮 チーごぶおにぎり	30 ごはん 鯖の西京焼き 高菜のナムル さつまいもこんぶ 大根のみそ汁 にんじんケーキ 牛乳		

『和食の日』・・・11月24日は『和食の日』です。

～保育園のだし～

和食の形である主食・主菜・副菜を基本とした「一汁三菜」は、様々な食材をバランスよくとることができます。

和食の基本となる「だし」は素材の味を引き立て、味覚が広がります。

ご家庭でも和食の良さを見直してみませんか。



みそ汁、煮物など・・・いりごとこんぶだし

いりごとこんぶを水に浸して、沸騰しないようにじっくり煮だして作っています。

おでんなど・・・かつおだし

沸かした湯にかつお節を入れ、かつお節が沈んだらざるでこします。

