



春のさわやかな陽気と共に新年度がスタートします。新入園児のお友達を迎える、今年度もみんなで笑顔いっぱいワクワクいっぱいの一年にしていきたいと思います。一年間至らない点もあるかと思いますが、よろしくお願ひ申し上げます。

## 保育目標

- ◆進級の喜びを味わい、皆と楽しく遊ぶ
- ◆無理なく保育園生活に慣れると共に集団生活の楽しさを味わう
- ◆年齢にあった基本的生活習慣を知る。

## 家庭連絡



### ◆休息を十分にとりましょう

- ・環境の変化から子ども達は疲れやすくなっています。ゆったりと過ごし、早めの就寝を心がけ身体を休めるようにしてあげてください。

### ◆ご家庭へのおねがいについて

- ・持ち物には、全て名前(フルネーム)を書いてください。
- ・出席カード1ページ目の園児欄、保護者欄をご記入ください。
- ・保育園は集団生活の場です。身だしなみ(服装・髪型など)登降園の時間、送迎に際するマナー等ご理解・ご協力を願いいたします。

### ◆車、駐車場について

- ・駐車場ではお子様から目を離さず、お子様が1人になることのないようにしてください。  
送迎駐車場が満車の際は西側職員駐車場をご利用ください。

### ◆遅刻・欠席連絡についてのお願い

- ・お子様が遅刻・欠席される場合は、午前8時50分までに必ず園に連絡を入れてください。連絡なく登園されていない場合、お子様の安全確認のため緊急連絡先の優先順位で園から確認の電話をかけさせていただきます。



## 5月の行事予定



15日 尿検査持ち帰り

(ぱんだ・そう・らいおん組)

19日 お誕生日会

22日 入園・進級記念写真

### 《保育参観》

8日 らいおん組 13日 そう組

20日 ぱんだ組 22日 りす組

27日 ひよこ・うさぎ組

全クラス参観は午後になります。

詳細につきましては改めてお知らせいたします。

		行事	教室	行事	教室
1 火	新年度開始			17 木	お誕生日会
2 水				18 金	避難訓練 手洗い教室(4、5才)
3 木				19 土	
4 金				20 日	
5 土				21 月	
6 日				22 火	
7 月				23 水	
8 火				24 木	いちご狩り(4、5歳児)
9 水			体育教室	25 金	こいのぼり写真撮影(am) 全クラス布団持ち帰り
10 木				26 土	おべんとうDAY
11 金	全クラス布団持ち帰り	English play		27 日	
12 土	おべんとうDAY			28 月	いちご狩り予備日
13 日				29 火	昭和の日
14 月				30 水	
15 火			絵画教室		
16 水			体育教室		



ホームページアドレス

<https://www.aiwakai-nara.or.jp>



# みやのもりだより

## ご入園・進級おめでとうございます！！ 4月号

新しいお友だちや先生と出会い  
保育園での生活が始まります。

初めての保育園生活。大好きな家族の方と離れることに不安もあるかと思いますが1日でも早く「あ、楽しいことがあるかも」と笑顔で登園できるよう子どもたちの姿を見守り触れ合いの中でゆったりとした保育園生活を送っていきたいと思います。初めての事に戸惑いもあるかと思いますが精一杯のサポートをさせていただきますので1年間よろしくお願いいいたします。



進級時9名に新入園児

11名が加わり20名のお友達でスタートするうさぎ組。新しいお部屋に、新しい先生に仲間たち！！ドキドキがいっぱいですね。日頃の遊びや行事を通してたくさんのこと経験して学び、楽しく過ごせるようにしていきたいと思います。至らない点も多々あると思いますが1年間よろしくおねがいいたします。



元気な30人のお友達みんなで  
どきどきわくわくりすぐみのス  
タートです。りすぐみになると体操服で  
過ごしたり、ランチルームで食事をしたりと、お兄さんお姉さんへの仲間いりです。また体育教室やEnglish playなど新しいことも始まります。お友達や先生と一緒にいろいろなことをチャレンジして元気いっぱい遊びましょうね。至らない点もあるかと思いますがお子様の成長を温かく見守させていただきますので1年間よろしくお願いいいたします



新しいお友達が6人加わり、  
34人の子ども達でぱんだ組が  
スタートします。ひとつ大きくなり、  
わくわくドキドキした表情の子ども達と過ごすこれから的一年がとても  
楽しみです。新しく始まる絵画教室  
といった様々な楽しい活動を通して  
元気と笑顔いっぱいのクラスにして  
いきたいと思っています！  
1年間よろしくお願いいいたします。



ドキドキワクワクしながら

そう組での生活がはじまります。これから始まる新しい生活を楽しみにする中でちょっとぴり不安に思う事もあるかと思いますが安心できるような雰囲気作りに努め、子どもたちが少しでも「楽しい！面白い！」と感じられるような活動を取り入れていきたいと思います。1年間よろしくお願いいいたします。



ご進級おめでとうございます

38人の元気一杯な子ども達と、  
期待や希望に胸を膨らませていよいよらい  
おん組がスタートします。お友達や先生と  
一緒に過ごす中で、様々な事に挑戦・経験をして  
楽しい一年にしたいと思います。至らない  
点もあるかと思いますが、保護者の皆様と  
一緒に子ども達の成長を見守させていただきたいとおもいます。一年間よろしく  
お願いいいたします。



# 4月給食だより

## ご入園・ご進級おめでとうございます！

あたたかい日が少しずつ増え、春らしくなってきました。

4月になり、子どもたちは、不安と期待に胸をふくらませていることと思います。

保育園での生活は、新しい先生や友達との出会い、たくさんの友達と一緒に食べる給食や、様々な食に関する体験を通して、食への興味が持てるような献立作りをしていきたいと思いますのでよろしくお願ひいたします。

### 朝ごはんを食べて登園しましょう

朝ごはんは一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体は、エネルギー不足で体温も低い状態です。

朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、イライラしたり、元気に遊ぶことができません。

また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動ができるように、朝ごはんをしっかりと食べましょう

#### 人気メニュー

#### からあげ

##### 《材料》(4人分)

・鶏肉	300g
○おろし生姜	60g
○おろしにんにく	15g
○濃い口醤油	75cc
○薄口しょうゆ	75cc
○みりん	45cc
○砂糖	30g
・片栗粉	適量

##### 《作り方》

- ① ○の調味料を混ぜ合わせる。
- ② ①に食べやすく切った鶏肉を入れ、漬ける(1時間~12時間)
- ③ ②をザルにあげ、水けを切る。
- ④ 片栗粉をまんべんなくまぶして、油で揚げる。





# 令和7年4月献立表

宮森保育園

		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
10時		せんべい	りんごジュース (0-1才: クッキー)	クラッカー	ピスケット	せんべい
12時		コッペパン コロッケ 春雨とわかめの和風サラダ ワインナースープ りんご缶 (0才:みかん缶)	ゆかり御飯 さばのしょうゆ煮 ほうれん草の和え物 揚げの味噌汁	コッペパン 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト 青菜のスープ みかん缶	ふりかけ御飯 豚じやが煮 ワインナー 豆腐の味噌汁	ジャージャー麺 みかん缶
15時		牛乳 えんどうスナック 炒り煮干し	お茶 バナナヨーグルト	牛乳 パイクッキー 炒り煮干し	牛乳 じゃこトースト	せんべい
	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木) お楽しみメニュー	11日(金)	12日(土)
10時	せんべい	クッキー	ぶどうジュース (0-1才: コーンスナック)	クラッcker	ピスケット	せんべい
12時	御飯 かつおカツ 切り干し大根の煮物 竹輪のすまし汁	コッペパン ポトフ 揚げシューまい ABCスープ	ハヤシライス 和風コーンサラダ しめじのスープ みかん缶	いちごジャムサンドイッチ チキンナゲット ポパイサラダ オニオンスープ りんご缶 (0才:みかん缶)	御飯 からあげ ごまじやこ和え チンゲン菜の味噌汁	 お弁当
15時	牛乳 いちごジャムパンケーキ	牛乳 野菜スナック	お茶 塩せんべい 炒り煮干し	牛乳 プリン	牛乳 クリームクラッcker 炒り煮干し	せんべい
	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
10時	せんべい	ボーロ	りんごジュース (0-1才: クッキー)	クラッcker	ピスケット	せんべい
12時	御飯 彩り豆腐ハンバーグ 小松菜とひじきの和え物 竹輪と揚げの味噌汁 りんご缶 (0才:みかん缶)	コッペパン 白身魚フライ 大根サラダ かぼちゃのスープ	牛丼 ほうれん草のおかか和え かき玉汁 みかん缶	塩パン ナポリタンスパゲティ ミモザサラダ コーンのコンソメスープ	カレーライス (0才:カレーピラフ) 小松菜とじやこの和え物 麩のすまし汁 みかん缶	きつねうどん みかん缶
15時	牛乳 カステラ 炒り煮干し	牛乳 ピスケット	お茶 ごませんべい (0-2才:せんべい)	牛乳 みかんゼリー 炒り煮干し	牛乳 きな粉揚げパン	コーンスナック
	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木) かみかみメニュー	25日(金)	26日(土)
10時	コーンスナック	ボーロ	ぶどうジュース (0-1才: せんべい)	クラッcker	ピスケット	せんべい
12時	御飯 照り焼きミートボール ひじきと揚げの煮物 まごわやさしい汁	コッペパン 鶏肉と野菜のケチャップ炒め ツナサラダ かき玉スープ	ふりかけ御飯 わかめラーメン 揚げ餃子 みかん缶	パケット (0-2才:コッペパン) オムレツのトマトソースかけ 青のりスマイルポテト クリームスープ りんご缶 (0才:みかん缶)	御飯 カレイのから揚げ 金平ごぼう けんちん汁	 お弁当
15時	牛乳 クッキー 炒り煮干し	牛乳 カルピスゼリー	お茶 あられ (0-2才:コーンスナック)	牛乳 芋かりんとう (0-2才:せんべい) 炒り煮干し	牛乳 フルーチェ	せんべい
	28日(月)	29日(火)	30日(水)			
10時	せんべい	 昭和の日	りんごジュース (0-1才:コーンスナック)	 昭和の日		
12時	御飯 とんかつ 高野豆腐の卵とじ煮 じゃがいもの味噌汁		木の葉丼 かぼちゃの天ぷら 里芋の味噌汁 みかん缶			
15時	牛乳 お麸きな粉ラスク		お茶 ピスケット 炒り煮干し			

# 4月 除去食一覧(卵)



宮森保育園

日 曜日	献立表のメニュー (食品のランク)	除去対象者のランク	アレルゲンを除去したメニュー		
			おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)
1 火					
2 水					
3 木					
4 金	じゃこトースト	C・D・完			マヨドレじゃこトースト
5 土					
6 日					
7 月					
8 火					
9 水					
10 木	プリン	C・D・完			青りんごゼリー
11 金					
12 土					
13 日					
14 月	カステラ	D・完			除去せんべい
15 火	ポーロ	D・完	除去せんべい		
	ビスケット	完			除去せんべい
16 水	かき玉汁	B・C・D・完		白菜と玉ねぎのすまし汁	
17 木	ミモザサラダ	B・C・D・完		フレンチサラダ	
18 金					
19 土					
20 日					
21 月	クッキー	完			除去せんべい
22 火	ポーロ	D・完	除去せんべい		
	かき玉スープ	B・C・D・完		白菜と玉ねぎのスープ	
23 水					
24 木	オムレツのトマトソースかけ	B・C・D・完		豚肉のハンバーグのトマトソースかけ	
25 金					
26 土					
27 日					
28 月	高野豆腐の卵とじ煮	B・C・D・完		高野豆腐の煮物	
29 火					
30 水	木の葉丼	B・C・D・完		きつね丼	

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。

(空欄はメニュー通りです)

◎マヨネーズ、卵を含むドレッシングはマヨドレ(卵抜き)に変わります。

※「完」…完全除去

# 4月 除去食一覧(乳)



宮森保育園

日	曜日	献立表のメニュー (食品のランク)	除去対象者のランク	アレルゲンを除去したメニュー		
				おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)
1	火					
2	水	バナナヨーグルト	B・C・D・完			バナナ
3	木					
4	金					
5	土					
6	日					
7	月					
8	火					
9	水					
10	木	プリン	C・D・完			青りんごゼリー
11	金	クリームクラッカー	C・D・完			除去せんべい
12	土					
13	日					
14	月	カステラ	D・完			除去せんべい
15	火					
16	水					
17	木					
18	金					
19	土					
20	日					
21	月					
22	火	カルピスゼリー	D・完			ストロベリーゼリー・みかん缶
23	水					
24	木	クリームスープ	C・D・完		コンソメスープ	
25	金	フルーチェ	B・C・D・完			除去せんべい
26	土					
27	日					
28	月	お麸きな粉ラスク	D・完			除去せんべい
29	火					
30	水					

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。

(空欄はメニュー通りです)

※「完」…完全除去

# 4月 除去食一覧(その他)



宮森保育園

日	曜日	献立表のメニュー	除去食品	アレルゲンを除去したメニュー		
				おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)
1	火					
2	水	さばのしょうゆ煮	さば		がんも	
		バナナヨーグルト	ゼラチン			バナナ
3	木					
4	金					
5	土					
6	日					
7	月					
8	火					
9	水	ハヤシライス	ゼラチン		ゆかり御飯・豚肉のハンバーグ	
		塩せんべい	ゼラチン			除去せんべい
10	木	プリン	ゼラチン			青りんごゼリー
11	金					
12	土					
13	日					
14	月					
15	火					
16	水					
17	木					
18	金					
19	土					
20	日					
21	月					
22	火					
23	水					
24	木					
25	金					
26	土					
27	日					
28	月					
29	火					
30	水					

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。



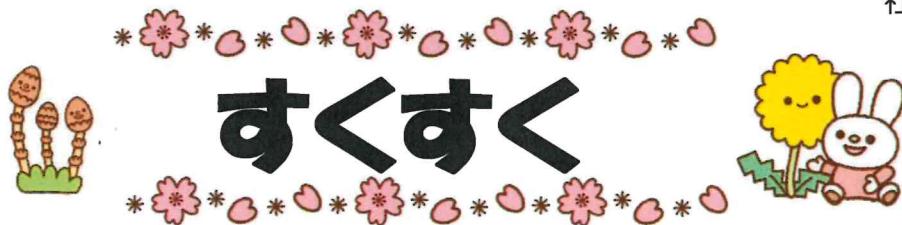
## 令和7年度 4月献立表(離乳食)



宮森保育園

日	曜	10時おやつ	給 食(中 期・後 期)			3時おやつ	給 食(初 期)		
1	火	クッキー	おかゆ	豆腐とブロッコリーと人参の煮物	チンゲン菜のスープ	せんべい	つぶし粥	ゆでブロッコリー	ゆで人参
2	水	おやさいすなっく	おかゆ	ささみとさつまいもと人参の煮物	麸の味噌汁	ハイハイン	つぶし粥	ゆでさつまいも	ゆで人参
3	木	せんべい	かぼちゃがゆ	白身魚と大根と人参の煮物	小松菜のスープ	ピスケット	つぶし粥	ゆで大根	ゆでかぼちゃ
4	金	ハイハイン	おかゆ	じゃがいもとうどんとチンゲン菜の煮物	豆腐の味噌汁	クッキー	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆでチンゲン菜
5	土	せんべい	野菜たっぷりおじや			ハイハイン	つぶし粥	ゆでさつまいも	
6	日								
7	月	ピスケット	ほうれん草がゆ	ささみとじゃがいもと人参の煮物	玉ねぎのすまし汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆでほうれん草
8	火	ハイハイン	おかゆ	白身魚と大根と小松菜の煮物	ABCスープ	せんべい	つぶし粥	ゆで大根	ゆで小松菜
9	水	おやさいすなっく	おかゆ	豆腐とじゃがいもと人参の煮物	麸のスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆで人参
10	木	せんべい	人参がゆ	さつまいもとチンゲン菜とブロッコリーの煮物	オニオンスープ	ピスケット	つぶし粥	ゆでさつまいも	ゆでブロッコリー
11	金	ハイハイン	かぼちゃがゆ	ささみとうどんと人参の煮物	チンゲン菜の味噌汁	クッキー	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆでチンゲン菜
12	土	せんべい	お弁当日			ハイハイン	お弁当日		
13	日								
14	月	ピスケット	おかゆ	白身魚とブロッコリーと人参の煮物	さつまいの味噌汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆでブロッコリー	ゆでさつまいも
15	火	クッキー	チンゲン菜がゆ	豆腐とうどんと人参の煮物	かぼちゃのスープ	せんべい	つぶし粥	ゆでチンゲン菜	ゆで人参
16	水	おやさいすなっく	おかゆ	ささみと大根とかぼちゃの煮物	白菜のすまし汁	ハイハイン	つぶし粥	ゆで大根	ゆでかぼちゃ
17	木	ハイハイン	人参がゆ	白身魚とじゃがいもと小松菜の煮物	オニオンスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆで小松菜
18	金	せんべい	さつまいもがゆ	豆腐とキャベツとうどんの煮物	麸のすまし汁	ピスケット	つぶし粥	ゆでキャベツ	ゆでさつまいも
19	土	ハイハイン	野菜たっぷりおじや			せんべい			
20	日								
21	月	ピスケット	おかゆ	ささみとかぼちゃとチンゲン菜の煮物	キャベツの味噌汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆでチンゲン菜
22	火	おやさいすなっく	おかゆ	白身魚とじゃがいもと人参の煮物	白菜のスープ	ハイハイン	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆで人参
23	水	せんべい	ほうれん草がゆ	豆腐とさつまいもとうどんの煮物	麸のすまし汁	ピスケット	つぶし粥	ゆでほうれん草	ゆでさつまいも
24	木	ハイハイン	おかゆ	ささみとブロッコリーと人参の煮物	じゃがいものスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでブロッコリー	ゆで人参
25	金	おやさいすなっく	おかゆ	白身魚とじゃがいもと小松菜の煮物	豆腐の味噌汁	ハイハイン	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆで小松菜
26	土	ハイハイン	お弁当日			せんべい	お弁当日		
27	日								
28	月	クッキー	チンゲン菜がゆ	豆腐とうどんと人参の煮物	じゃがいもの味噌汁	せんべい	つぶし粥	ゆでチンゲン菜	ゆでじゃがいも
29	火								
30	水	おやさいすなっく	おかゆ	ささみと大根とかぼちゃの煮物	玉ねぎと人参の味噌汁	ハイハイン	つぶし粥	ゆで大根	ゆでかぼちゃ

※初期の10時・3時おやつはハインハインです。



ご入園・ご進級おめでとうございます。春の訪れとともに、新しいお友達も仲間に入り、新年度が始まりました。入園・進級などで環境が変わる4月は、生活リズムを見直すよい機会です。生活リズムを整えて健康な体をつくりましょう。

## 元気な一日のスタートを！

### ① 早寝早起き

睡眠は日中の疲れを癒やし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。



### ② 朝ごはん

朝ごはんを食べることで、体が目覚めます。



### ③ うんちは出たかな？

朝ごはんを食べると、腸の動きが活発になり、便が出やすくなります。



### 登園前の健康チェックをお願いします！

- 夜はぐっすり眠れていましたか？
- 朝食はしっかり食べましたか？
- 機嫌や顔色は良いですか？
- 熱はありませんか？
- 吐いたり、下痢をしたりしていませんか？
- 発疹などの皮膚異常はありませんか？
- 咳や鼻水は出ていませんか？



何かいつもと違うな？  
と気になることがあれば  
お知らせくださいね。



### 予防接種について

予防接種とは、ワクチンを接種して体の中にそれぞれの病気に対する抵抗力(免疫)をつくることです。種類が多く、対象年齢が決まっているものもあります。子どもの体調をみて、かかりつけ医とよく相談しながら実施してください。

### ★予防接種後の登園★

予防接種の副反応に対し、接種後の経過観察はとても重要です。出来るだけ、接種後はお家で様子を見ていただきたいと思います。登園が必要な場合は、接種後1時間はお家で様子をみていただき、登園時に必ず接種したワクチン名、接種部位、時間などを伝えていただくようお願いします。

### 乳幼児突然死症候群 (SIDS)

それまで元気だった赤ちゃんが事故や窒息ではなく、寝ている間に突然死してしまう病気です。原因はまだよく分かっていませんが、育児環境の中に発生率を高める因子があることが明らかになってきています。

#### 《SIDSの発症率を下げるポイント》

- あおむけ寝で育てましょう
- タバコをやめましょう
- できるだけ母乳で育てましょう



#### 《ご家庭へのお願い》

- ☆敷布団はかためのものにしましょう
- ☆掛け布団やスタイルなどが顔にかかるないようにしましょう
- ※枕やぬいぐるみなど要注意!!
- ☆着せすぎやあたため過ぎに気をつけましょう
- ☆あおむけで寝れるよう習慣づけましょう
- ☆良く眠っているからといって、出来るだけ一人にしないようにしましょう。