



4月

園だより

令和6年4月1日発行
チャイルドスクエアそしがや NO.1



・ ・ ・ ・ 今月の目標 ・ ・ ・ ・

ひまわり

- 一人ひとりの様子を十分に観察し、子どもの安心と安定を図る。
- 保育者に見守られながら機嫌よく過ごす。
- 温かな春の日差しに触れる。

ばなな

- 全身を使った遊びの楽しさを味わい、自分の思ったこと、感じたことを自分なりの言葉で伝えたりする。

さくら

- 一人ひとりの様子を十分に観察し、子どもの安心と安定を図る。
- 保育者に見守られながら機嫌よく過ごす。
- 温かな春の日差しに触れる。

きりん

- 基本生活習慣の確立に取り組み、保育者との信頼関係の中で安定した生活ができるようにする。

うさぎ

- 一人ひとりの様子を十分に観察し、子どもの安心と安定を図る。
- 保育者に見守られながら機嫌よく過ごす。
- 温かな春の日差しに触れる。

ぞう

- 新しい環境に慣れ、園生活に期待を持って生活し、自主的、意欲的に自信を持って見の周りのことを行おうとする。
- 春の自然を感じた探究活動や戸外などで体を沢山動かして遊ぶ
- ルールや約束を守って集団での遊びを楽しむ。
- 食育活動を通して旬の野菜に興味を持つ。

ご入園・ご進級おめでとうございます。

いよいよ新学期がスタートしました。新入園児にとっては期待と不安の入り混じった保育園生活、進級児にとっては待ちに待ったひとつ大きなクラスでの集団生活の始まりです。

職員一同、今年度も子ども達と一緒にワクワクの1年を過ごし、成長を見守りたいと思います。

新しい環境にすぐになじむと、時間がかかる子と様々ですが、それは一人ひとりの持つ大切な個性によるもので、必要以上に心配をしなくても大丈夫です。ご家庭と園でしっかりと連絡をとりあつて、焦らずにその子なりに集団生活に溶け込めるように進めていきたいと思ひます。

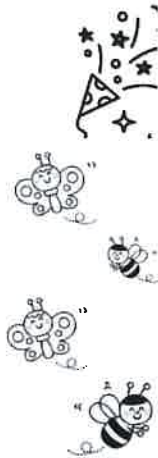
この一年間、四季折々の行事にご家族の方も参加していただき、保護者の方同士の交流も深め、子ども達を中心に皆で関わり合い、育ちあえる場となれば、と願っています。

1年間、どうぞよろしくお願ひいたします。

4月の行事予定

- 4月1日(月) 新年度保育開始
- 4月6日(土) 入園式・進級式
懇談会
- 4月8日(月) 身体測定
～12日(金)
- 4月11日(木) 乳児健診
(0歳児クラス)
- 4月18日(木) 避難訓練
- 4月24日(水) 誕生会
- 4月29日(月) 昭和の日(休園)

4月生まれのお友達



おめでとう
ございます！

♪♪ 今月のうた ♪♪

- ♪ちょうちょ ♪あくしゅでこんにちは
- ♪おはながわらった ♪はるのおがわ
- ♪せんせいとおともだち ♪チューリップ
- ♪むすんでひらいて ♪ばんだ・うさぎ・こあら

毎朝必ず健康観察をお願いします。

子どもたちは新しい環境の為、疲れが出やすくなります。普段と様子が違う場合、登園時にお知らせください。



入園式・進級式

令和6年4月6日(土) 10時開始

受付：9時40分～

チャイルドスクエアそしがや 2階で行います。

終了後に懇談会を行い、クラスの運営についてお話しさせていただきます。宜しくお願ひいたします。

おねがい

- お子さまたちが安心して楽しい保育園生活を送れますように、下記のことに配慮していただきますようお願い致します。
- ◎早寝早起き、朝食をとる、排便をするなど、良い生活習慣を身につけましょう。
- ◎持ち物には、すべて名前をご記入ください。
- ◎動きやすい服装・靴にしましょう。
- ・ひっかかりが少ない服 ・体や足のサイズに合ったもの
- ◎手足の爪は、こまめにお切りください。
- ◎保育活動上朝9時15分までには、登園できるようご配慮下さい。
- ◎欠席・遅刻される場合は、必ずご連絡をお願いいたします。

職員の担当をエントランスに掲示いたしました。

職員全体で子どもたちを真ん中に手つなぎをして、一人一人の育ちを見守り、支えてまいります。



4月のほけんだより

令和6年4月1日 チャイルドスクエアそしがや NO. 1



ご入園・ご進級おめでとうございます。

新しい1年が始まりました。皆さんと元気に楽しく過ごしていく事を、心から楽しみにしています。子ども達が健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう、保健に携わってまいります。

年度当初は、緊張から子どもたちも疲れやすくなりますので、ご家庭ではゆっくり休養できるようご配慮をお願いします。

保健行事 4月11日(木) 乳児(0歳児クラス)健診

※発熱した場合には、解熱後24時間経過するまで、また、食欲が戻るまでご家庭で過ごし、お子さんの様子をご覧ください。保護者の皆様のご理解をお願いいたします。

園での一日



7:15~	9:15~	11:20~	12:30~	15:00~	15:30~	17:00~	18:16~ 20:15
登園・自由遊び	保育活動	昼食	午睡	おやつ	保育活動	順次自由降遊園び	延長保育

・0歳、1歳、2歳クラスの昼食は11時～、午睡は12時からが目安になります。昼食後、午睡になります。

・延長保育は1歳児クラス・2歳児クラス・3歳児クラス・4歳児クラス・5歳児クラスが対象です。

園医さんご紹介 内科 : 橋本小児科医院 (世田谷区祖師谷)



睡眠の質を高めましょう

夜になってもなかなか眠れない...朝、なかなか起きられない...寝つきや目覚めに問題があると、なんとなくやる気が出ない、集中できないなど、日中の生活にも影響が出てしまいます。

よい睡眠をとるための生活習慣

～生活のリズムを整える4つのポイント～



朝、日の光を浴びよう

毎朝、同じ時間に起きてカーテンを開けましょう。朝の光を浴びると、心も体もすっきり目覚めます。体内時計を起こしてあげましょう。



朝ごはんを食べよう

朝ごはんは勉強や運動に必要なエネルギー源です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、元気に活動できます。また、しっかり噛むことで心と体が目覚めます。



夜、暗くして早く寝よう

毎日できるだけ同じ時間に布団に入るなど、眠りやすい環境を整えましょう。早く寝ることが、朝のすっきりした目覚めにつながります。

体を動かしたり、勉強したり、昼間はしっかり活動しよう

体を動かすことで心地よく疲れて、夜早く、深く眠ることができます。

気になることは伝えてください

お子さんの様子で少しでも気になることがある場合は、登園時、必ず保育者に伝えてください。



・どこが気になるのか
いつもの状態がどうで、それと今はどう違うか
お子さんが言った言葉／朝の家庭での様子など

・家庭での対応
〇時に検温したら〇℃だった
少し強くなってしまった など

・園での過ごし方について
戸外活動は控えてほしい、などの要望がある場合は、お伝えください。
* やむを得ずご要望に添えない場合もありますので、そのときはご相談させてください。

・当日の連絡先
何か変化があったとき、すぐに連絡がつくようにしてください。
ご登録の緊急連絡先と違う場合は、必ずお伝えください。

《3月に発症した感染症はありませんでした》

4がつ月



しよく いく 食育だより



チャイルドスクエアそしがや 4月1日 No.1



春の暖かな日差しが感じられるようになり、子ども達の成長を祝福しているように感じます。新しいクラス、新しいお友だちと笑顔があふれる保育生活が送れるよう、栄養満点、笑顔満点の給食作りを目指してまいりますのでよろしくお願いいたします。

元気な一日は朝ごはんから

私達の体は眠っている時もエネルギーを使っています。朝起きた時は脳も身体もエネルギーが不足した状態です。朝ごはんをエネルギーや栄養素をしっかりと補給して、元気に一日をスタートさせましょう。

朝ごはんを3つのスイッチオン

脳のスイッチ

ごはんやパンに含まれる炭水化物は体内でブドウ糖になり、脳のエネルギー源になります。



体のスイッチ

朝ごはんを食べると体温が上がって午前中から元気に遊べるようになります。



おなかのスイッチ

朝ごはんを食べることで、胃や腸が働いて排便のリズムがつくれます。



子どもと一緒に朝ごはん

おうちの方が朝ごはんを食べないと、お子さんも朝ごはんを食べない割合が高くなる傾向があります。家族と一緒に朝ご飯を食べる事で、お子さんの食欲もわきます。家族みんなで、朝ごはんや就寝・起床時間等の生活習慣を見直してみませんか。



チャイルドスクエアの給食のころ

【給食の取り組み】

- 調味料やドレッシングに頼らず、素材のうまみや天然出汁をベースに旬の食材を取り入れた彩のある給食をお届けします。
- 郷土料理を取り入れることって、日本の食文化や伝統を味わい、豊かな心を育みます。

【食育の取り組み】

- 挨拶の大切さを学び、その上で季節の食材に触れることで、食に対する興味や五感を育てます。
- 子ども達の「やってみたい!」の気持ちを尊重して子ども達が主体の食育活動を進めていきます。



昨年一年間 食育活動で沢山の事を経験しました。

お餅つき、クッキング体験、野菜の栽培、生の魚に触ってみよう、田植え・稲刈り...



今年度も様々な経験の中から、食べ物の大切さ、食べる事の大切さを伝えていきます。

給食室より

今年度も安心・安全の給食を提供していきます。ご質問や、ご意見などありましたら遠慮なく栄養士までお伝えください。よろしくお願いいたします。





令和6年 4 月

献立予定表



チャイルドスクエアそしがや

日	献立名	おやつ	主材料	栄養価	日	献立名	おやつ	主材料	栄養価
月					月				
1 ・ 15	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 五目豆 ブロッコリー なめこ味噌汁	じゃこトースト バナナ 牛乳	・米 ・鶏もも肉、ごま、味噌、 大豆、人参、こんぶ、たけのこ、大根 ・ブロッコリー、なめこ、豆腐、ねぎ、わかめ、 ・食パン、じゃこ、マヨネーズ、青のり	カロリー 541kcal たんぱく質 17.8g 脂質 10.7g	8 ・ 22	ごはん 松風焼き ほうれん草のおかか和え トマト 大根味噌汁	焼きおにぎり みかん 牛乳	・米 ・鶏ひき肉、卵、パン粉、味噌 ・ほうれん草、おかか、エノキ ・トマト ・大根、カイワレ、玉ねぎ、人参 ・米、味噌、しょうゆ、みかん、牛乳	カロリー 568kcal たんぱく質 18.1g 脂質 13.5g
火					火				
2 ・ 16 ・ 30	ごはん 麻婆豆腐 中華サラダ かぶとしめじの澄まし汁	サツマイモとコーンの 包み揚げ りんご 牛乳	・米 ・豆腐、豚ひき肉、にら、玉ねぎ、味噌、砂糖 ・もやし、人参、きゅうり、ベーコン酢、しょうゆ ・かぶ、しめじ、小松菜、こんぶ	カロリー 529kcal たんぱく質 18.3g 脂質 10.9g	9 ・ 23	ごはん 五目卵焼き ツナサラダ スティック人参 若竹スープ	いも団子 りんご 牛乳	・米 ・玉ねぎ、人参、卵、しいたけ、グリーンピース、 ひじき、しょうゆ、砂糖 ・ツナ、きゅうり、キャベツ、 ・人参、 ・たけのこ、わかめ、玉ねぎ、 ・サツマイモ、じゃが芋、砂糖、きなこ、りん ご、牛乳	カロリー 541kcal たんぱく質 19.2g 脂質 10.1g
水					水				
3 ・ 1 ・ 7	ごはん 豚肉の生姜炒め ゴマよごし 白菜のおかか和え じゃがいも味噌汁	ジャムサンド バナナ 牛乳	・米 ・豚もも肉、キャベツ、ピーマン、人参、玉ね ぎ、しょうが、しょうゆ、 ・エリンギ、もやし、きゅうり、ごま、しょうゆ ・白菜、おかか、しょうゆ ・じゃが芋、玉ねぎ、わかめ、味噌 ・食パン、ジャム、バナナ、牛乳	カロリー 561kcal たんぱく質 17.7g 脂質 13.1g	10 ・ 24	たけの子ごはん から揚げ マカロニサラダ トマト ほうれん草の味噌汁	チーズ蒸しパン いちご 牛乳	・米、たけのこ、油揚げ、人参、 ・鶏もも肉、しょうゆ、片栗粉、しょうが ・マカロニ、人参、きゅうり、ハム ・トマト ・ほうれん草、たまねぎ、キャベツ、みそ	カロリー 545kcal たんぱく質 16.4g 脂質 9.8g
木					木				
4 ・ 18	ごはん 白身魚のおかか焼き 肉じゃが煮 やみつきキュウリ キャベツ味噌汁	コーンピラフ イチゴ 牛乳	・米 ・白身魚、おかか、しょうゆ ・豚ひき肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、しょうゆ ・きゅうり、しょうゆ、ごま油 ・キャベツ、油揚げ、小松菜、こんぶ、みそ ・米、人参、玉ねぎ、コーン、バター、パセリ	カロリー 558kcal たんぱく質 17.5g 脂質 10.2g	11 ・ 25	カレーライス コールスロー かぶのスープ	きなこマカロニ バナナ 牛乳	・米、じゃが芋、にんじん、豚肉、玉ねぎ、カ レールウ、 ・キャベツ、人参、きゅうり、コーン、酢、砂 糖、塩、油、 ・かぶ、カブの葉、人参、白菜、こんぶ、塩	カロリー 576kcal たんぱく質 23.1g 脂質 9.2g
金					金				
5 ・ 19	ごはん じゃが芋とにらもかき揚げ 三色ナムル わかめスープ	ブルーベリースコーン みかん 牛乳	・米 ・じゃが芋、にら、鶏ひき肉、しょうゆ、小麦粉 ・もやし、小松菜、ベーコン ・わかめ、人参、キャベツ、玉ねぎ、昆布、 しょうゆ ・小麦粉、砂糖、バター、牛乳、ブルーベ リー	カロリー 581kcal たんぱく質 18.2g 脂質 12.5g	12 ・ 26	12日 鮭ご飯 筑前煮 ちくわの和え物 花麩の澄まし汁 24日 沖縄郷土料理 タコライス にんじんしりしり 沖縄風味噌汁	12日 チーズ蒸しパン イチゴ 牛乳 24日 サーターアン ダーギー イチゴ 牛乳	・米 ・鶏肉、人参、しいたけ、ごぼう、いんげん ・きゅうり、ちくわ、キャベツ、コーン ・花麩、こんぶ、豆腐、 ・米、豚ひき肉、レタス、トマト、 ・人参、ツナ、塩 ・豆腐、白菜、人参、玉ねぎ、小松菜	カロリー 55.51kcal たんぱく質 17.0g 脂質 12.9g
土					土				
6 ・ 20	ナポリタンスパゲティ 大根サラダ もやしスープ	チーズトースト りんご 牛乳	・米 ・スパゲティ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ウイン ナー、ケチャップ ・大根、わかめ、ささみしょうゆ ・もやし、コーン、塩、こんぶ ・パン、チーズ、りんご、牛乳	カロリー 547kcal たんぱく質 16.4g 脂質 11.4g	13 ・ 27	わかめうどん ささみのさっぱり和え トマト	シュガートースト りんご 牛乳	・うどん、わかめ、人参、鶏肉、玉ねぎ、キャ ベツ、しょうゆ ・ささみ、大根、きゅうり、ゆかり ・トマト ・食パン、バター、砂糖、りんご、牛乳	カロリー 477kcal たんぱく質 14.6g 脂質 11.7g

※ 午前中に1歳児、2歳児は牛乳を飲んでいきます。

※ 新しい食材がありましたら、お試しください。

※ 材料、行事などにより、一部変更する場合があります。

※ 誕生会の午後のおやつは、食パンケーキとなります。