

保育ルームぴっぴ ひよこぐみ

特定非営利活動法人ぴっぴ
保育ルーム ひよこぐみ
TEL 078-992-1900

2021年10月号

いっしょにあそび！ひよこぐみ！！

このおたよりは0・1才の毎日保育と一時保育のお子様むけのおたよりです。

♡秋を楽しみましょう！！

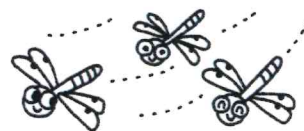
青空の美しい季節になりました。空気もさわやかで戸外で過ごすのが、とても気持ちいいです。公園での外遊びも、季節感いっぱい！子ども達は、トンボを追いかけたり、ダンゴ虫を探したりと大忙し。虫や草花と触れ合いながら、季節の移り変わりを五感を使って全身で感じています。たくさんの発見を楽しみたいですね！
※まだまだ蚊のでる季節ですので、虫よけスプレー、シール、長そで・長ズボンなどの対策をお願いします。

♡体調に気をつけましょう！

季節の変わり目は、体への影響も大きく、体調を崩しがちなお子さんも多いです。風邪をひいたり、ぜんそく、じんましんが出やすかったり。お子さんの体調には気を配っていただき、無理のないように過ごし、医療機関へも早めに受診するように心がけましょう。
◎37.5℃以上の発熱の時・咳や鼻水・吐き気や下痢の症状がある時は、ぴっぴには登園できません。
◎インフルエンザ等、伝染性が高い病気に感染した場合は、ぴっぴでの集団感染を防ぐため、すぐにご連絡ください。また、再登園には「意見書」または「登園届」が必要です。スタッフにご相談ください。
◎ぴっぴでは、原則薬の預りは出来ません。
◎引き続き、新型コロナウイルス感染予防対策として、入室の際には手指消毒、マスク着用をお願いします。

♡持ち物について

くつ・くつした・上着・帽子・その他、持ち物すべてに分かりやすい場所にはっきりと名前を書いてください。小分けされているジブロックなど袋類にもお名前をお願いします。また、お迎えの際には忘れ物のないよう、必ず荷物の確認をしてください。ご協力よろしくお願いします。



♡「お友達紹介」のお知らせ

『お友達紹介カード』を配布します。お友達を紹介していただくと、紹介者にも紹介された方にも、ぴっぴ割引券500円分を進呈します（紹介された方が登録完了をもって進呈）。

♡一時保育の予約について

一時保育の予約は、利用したい月の前月初日からとなっております。11月の予約は、10月1日（金）から受付です。ご予約はお早めをお願いします。キャンセルされます場合は出来るだけ早くお電話ください。また、お迎えの時間が早まったり、遅れたりする場合も必ずお電話ください。30分以上お迎えが早まる場合、連絡を頂いた場合のみ返金いたします。



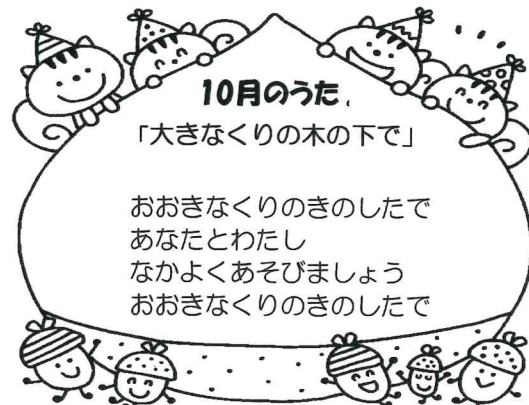
《今月の絵本》



『はみがきれっしや』
作／くぼ まちこ
出版社／アリス館

「ぼく はみがきだいらい」
しゅっしゅっしゅ とやってきた
はみがきれっしやで、たっくんのお
口はきれいになるかな？

はみがきの嫌いな子どもも、興味を
もってくれるかな？
お口の中や、歯への興味を深める
一冊です（*~*）



10月のうた、
「大きなくりの木の下で」

おおきなくりのきのしたで
あなたとわたし
なかよくあそびましょう
おおきなくりのきのしたで

2021年10月 ひよこ給食・おやつ献立表

月	火	水	木	金
				1 *ゆかりごはん *煮魚 *彩りおかか和え *みそ汁 *精白米・ゆかり *鱈 *小松菜・人参・コーン缶 *もやし・鰹節 さつま芋団子 精白米・さつま芋・きなこ
4	5	6	7	8
*コーンごはん *なべしぎ *レンコン炒め *みそ汁 *精白米・コーン缶 *豚肉・ヒーマン・なす *レンコン・ベーコン・人参	*チキンライス *ひじきの和えもの *ポテトスープ *バナナ *精白米・鶏ミンチ・玉ねぎ *人参・クチャップ *ひじき・コーン缶・小松菜 *えのき・人参・ごま *豆腐・玉ねぎ・じゃが芋・しめじ *バナナ	*ごはん *五目にゅうめん *南瓜と豚肉のカレー炒め *キャベツおかか和え *精白米 *素麺・えのき・人参・ねぎ *大根・うすあげ *玉ねぎ・豚肉・南瓜・カレー粉 *キャベツ・人参・鰹節	*ハン *ポトフ *豆腐チャンプルー *さつま芋ソテー *りんご *ハン *玉ねぎ・人参・じゃが芋 *しめじ・A-1・マカロニ *豆腐・豚肉・もやし・人参 *鰹節・ごま *さつま芋 *りんご	*ごはん *ずき焼き風煮 *切干大根煮 *みそ汁 *オレンジ *精白米 *豆腐・豚肉・白菜・えのき *玉ねぎ・ふ *切干大根・人参・えのき *うすあげ *オレンジ *お菓子
おやつ：フライドポテト じゃが芋・青のり	おやつ：ハン かにハン	おやつ：カレーライス みかん缶・バナナ・リンゴ・ジュース	おやつ：青菜ごはん 精白米・青菜ふりかけ	おやつ：お菓子
11	12	13	14	15
*ごはん *チリコンカン *人参シソ炒め *みそ汁 *みかん缶 *精白米 *豚ミンチ・玉ねぎ・大豆・人 *しめじ・クチャップ *人参・コーン缶・ツナ缶 *みかん缶	*ごはん *豚しょうが焼き *パプリカサラダ *みそ汁 *精白米 *豚肉・玉ねぎ・えのき・生姜 *バナナ・人参・ひじき・かつ *ボン酢	*ごはん *コーンとひき肉の炒め物 *ほうれん草胡麻和え *みそ汁 *オレンジ *精白米 *豚ミンチ・コーン缶・人参 *玉ねぎ・生姜 *ほうれん草・ごま *オレンジ	*ごはん *焼き魚 *南瓜サラダ *すまし汁 *精白米 *鮭 *南瓜・人参・ツナ缶 *大根・豆腐・えのき・わかめ	*カレーライス *マカロニサラダ *きのこスープ *ゼリー *精白米・豚肉・じゃが芋 *人参・玉ねぎ・カレールー *プロックリー・マカロニ *ツナ缶・コーン缶・ボン酢 *豆腐・玉ねぎ・えのき・しめじ *かんてんゼリー
おやつ：豆腐ドーナツ かつお・キャベツ・豆腐	おやつ：果物 バナナ	五平餅 精白米・ごま	おやつ：豆乳フレンチトースト 食パン・豆乳	おやつ：ツナポテト じゃが芋・ツナ缶
18	19	20	21	22
*ごはん *炒り豆腐 *ジャーマンポテト *みそ汁 *精白米 *豚ミンチ・豆腐・人参 *ひじき・えのき *じゃが芋・玉ねぎ・A-1	*ひじきのドライカレー *野菜きんぴら *春雨スープ *りんご *精白米 *豚ミンチ・ひじき・玉ねぎ *豚ミンチ・人参・カレー粉 *クチャップ うすあげ *じゃが芋・人参・えのき *春雨・豆腐・えのき・わかめ *りんご	*青菜ごはん *肉豆腐 *人参洋風煮 *みそ汁 *精白米 *豆腐・豚肉・白菜・えのき *玉ねぎ *人参・コーン缶・ベーコン	*ビビンバ *ほうれん草お浸し *わかめスープ *ハン缶 *精白米・豚ミンチ・ごま *もやし・人参 *ほうれん草・鰹節 *大根・豆腐・わかめ・えのき *ごま油 *ハン缶	*ごはん *ポークチャップ *さつま芋煮 *白菜スープ *精白米 *豚肉・玉ねぎ・しめじ *人参・クチャップ *さつま芋 *白菜・しめじ・豆腐
おやつ：お菓子	おやつ：蒸しパン かつお・キャベツ・豆乳	おやつ：大学芋 さつま芋・ごま油	おやつ：きなこトースト 食パン・きなこ	おやつ：ハンケーキ かつお・キャベツ・豆乳
25	26	27	28	29
*ごはん *肉じゃが *小松菜じゃが和え *すまし汁 *ゼリー *精白米 *かんてんゼリー *豚肉・玉ねぎ・じゃが芋 *人参・糸コン *小松菜・ジャコ・人参・ごま *すし酢 *大根・豆腐・えのき・わかめ	*ごはん *麻婆豆腐 *ナムル *南瓜スープ *精白米 *豚ミンチ・豆腐・ねぎ *しいたけ・生姜 *もやし・人参・ごま・ごま油 *南瓜・玉ねぎ・豆腐・しめじ	*ハヤシライス *プロックリーサラダ *大根スープ *バナナ *精白米・豚肉・玉ねぎ・ルー *しめじ・人参・マヒョール *プロックリー・マカロニ *ツナ缶・ボン酢 *えのき・しめじ・大根・豆腐 *バナナ	*ごはん *豚玉煮 *ピーマンサラダ *みそ汁 *精白米 *玉ねぎ・豚肉・えのき *ピーマン・人参・ツナ缶 *コーン缶・すし酢・ごま油	*ハン *コーン缶・玉ねぎ・じゃが芋 *人参・しめじ・ベーコン *南瓜・豚ミンチ *さつま芋・人参・ベーコン
おやつ：ジャムサンド ハン・ジャム	おやつ：煮込みマカロニ 人参・人参・玉ねぎ・マカロニ	おやつ：どら焼き かつお・キャベツ・豆乳・ゆであずき缶	おやつ：ゼリー・果物 かんてんゼリー・みかん缶	おやつ：鮭ごはん 精白米・鮭フレーク

*食物アレルギーのあるお子様はご相談ください。尚、給食では卵・牛乳は一切使用していません。
*食物アレルギーがある場合は、医師記入の「アレルギー疾患生活管理指導票」の提出が必要です。対応決定までお弁当・おやつは持参していただきます。
*味噌汁は、旬の野菜・きのこ・イモ類・海藻より2〜3種、大豆製品（豆腐、うすあげ、厚揚げ）ふなど1種を入れています。
*給食・おやつは変更することがあります。変更・追加した場合は、玄関に掲示させていただきます。
*調味料として使用する塩、砂糖、醤油、味噌、出汁、フィオン、なたね油、粉類は献立表に明記していません。

《ランキだよ》

<元気な1日は朝ごはんから！> 朝ごはんには大切な役割があります。
「眠っていた間に少なくなったエネルギーを補う」「低くなった体温を回復させる」「排便を促す」
①炭水化物でエネルギー補給：ご飯は一口大のおにぎりにしたり、納豆やしらすで変化をつけて、食べやすくしてあげましょう。
②たんぱく質で体温を上げる：チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム・ウィンナーや卵焼きでたんぱく質をしっかりと取りましょう。
③野菜を食ベビタミン補給：野菜は味噌汁やスープに入れると食べやすくなります。当日の朝に用意するのが難しければ、具だくさん味噌汁を前日の夕食に作っておいたり（この時期は冷蔵庫で保存して下さい）切らなくても食べられるフルーツやチーズを用意しておくのもいいですね。