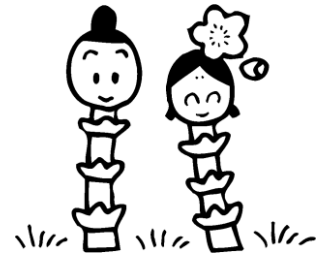


## 子どもの育ちを支えるために



なんだか寒いけれども暖かい。春の気配がします。

年長さんはいよいよ卒園式。そして4月には小学校入学式。子ども達は楽しみにしていることでしょう。年中、年少さんも担任が変わったり、お部屋が変わったり、新しい生活が始まります。

2月22日尼崎教会にて、「子どもの育ちを支えるために大人が理解したいこと」と題して、40周年記念シンポジウムを行いました。日頃お世話になっている家庭児童相談室のケースワーカーさんの発題を受け、臨床心理士さん、お医者さん、大学の先生の4名の先生の興味深いお話しが聞けて、60名を超える参加者も満足して帰られました。

「子どもの育ちを支える」ということを考える時、最近よく思うことは「こりゃ、保育園だけではだめだ、保護者の協力はもちろんのこと、医者も保健師もカウンセラーも弁護士も学校も療育機関も警察も市役所も教育委員会も地域のおじいちゃんおばあちゃんも・・・総がかりで子どもを守る環境を整えていかなくてはならない」ということです。その思いからシンポジウムを開催しました。

新しい生活に入り4月5月頃はつまずきが見えてくる子どももいます。例えば、先生が「みなさんこちらを向いて」と言います。ところが一人だけ前をみない子がいる。すると先生は「〇〇くん、どこをみているの」と、その子の名前を何度も呼びます。でも繰り返していてもいっこうにこちらを向いてくれない。なぜ、その子はこっちを向いてくれないのか。「聞こえていなかった」という場合もあります。聴覚過敏で雑音がうまく処理できないということです。集中できず耳に入ってくない。「意味がわかっていない」タイプもいます。『『みなさん』だから『自分』じゃない』と本人は思っていたりもします。自閉傾向の子には珍しくないそうです。聞こえるし、意味もわかっているけれども、机の上で動いている虫が気になってどうしても下を向いてしまう子もいます。

このことは一人ひとり違いがあり発達が異なることを前提にしないと、うちの子だけがなぜ?ということになり、誤った子どもとの関わりをしてしまう可能性があります。文科省の調査では公立小中学校の通常学校に支援の必要な子どもが6.5%いるとされています。お医者さんによると潜在的には10%を超えるという方もいます。保育園でも小学校でも子どもに対してきめ細やかさが求められ、困り果てているところもあります。

小学校で学年が上がっていくと読み書きの苦手さも見えてきます。その時に視覚的な情報処理なのか、聴覚の問題なのか、ワーキングメモリー（一時的な情報をとどめる脳のメモ帳）が弱いのか、集中力が続かないのか。この四つの力は一人ひとり違ってきます。ディスレクシア（読み書き障がい）の多くは、実は聴覚の問題もあります。それを見極める教育が日本では弱いので、気楽に専門の先生に相談されることをお勧めします。

また、発達に特性があっても普通学級では見過ごされる場合も多く、小3ぐらいまでは、親が必至におしえたり、代わりに宿題をやったりしてごまかせたものが、高学年になると授業のスピードも上がり、周囲にもできないことがわかることがあります。熱心な先生がゆっくり教えたり、繰り返したり、放課後に少し簡単な教材をやらせたりすると、10の内5ぐらいの問題が解消されて先生も満足してしまったりしますが、それが積み重なって爆発するのは中1が多いそうです。



いずれにしても、子育てに悩んだり、困った時は、いろんな機関や専門の先生に相談されるのがいいと思います。子どもの特性の理解がしっかりできて関わり方が解っていれば、子どもは自らの力で育っていくので、周りの情報に左右されず、後は待てばいいのだと思います。しかし、実際、子育ては大変ですよね。でもね、お母さん、お父さん！時々、「まあ、いっか！」と力を抜いてくださいね。

## 3月の行事予定

- 1日・8日・15日・22日・29日（金） 10:00～ 礼拝（尼崎教会稲生牧師のお話）  
2日（土） お弁当日  
2日（土）～3日（日） 5歳児就学前合宿保育  
12日（火） 卒園式予行  
15日（金） お別れ会 「保護者と職員の会」よりお祝いの「赤飯」が配られます  
16日（土） 第40回みどり野保育園卒園式 10:00～  
※卒園児保護者同伴（場所：みどり野保育園 2F 幼児保育室）  
※卒園式は4歳児と3歳児も一緒にお祝いしていただきたいので、普段お休みしている子どもたちも土曜日登園をお願いします。（時間帯は9時30時から11時30分です。）  
18日（月） 避難訓練（火災）  
21日（木） 春分の日・休園  
22日（金） 誕生祝福・誕生会  
23日（土） お弁当日・新年度準備日  
※新年度に向けての準備をしますので、家庭保育・半日保育にご協力をお願いします  
27日（水） 5歳児お別れ遠足…詳しくは後日、案内を配布します

※2月のお弁当日なかった分、3月はお弁当日が2回となっております  
ご協力のほどよろしくお願いたします

### 3・4・5歳児 YMCA 運動あそび

14日（木） 10:00～

※動きやすくサイズのあった服装・靴で  
登園してください

※今月はリーダーの都合で1回です  
5歳児は最後なので、運動あそびの後  
リーダーと一緒に給食を食べる予定です

### 3月生まれのおともだち

#### おたんじょうびおめでとう

よしいさくらさん	6さい
くりま なおさん	3さい
ばば さりあさん	1さい

※園庭改修工事につき園庭開放はお休みしています。

## 4月の予告

- 1日（月） 10:00～ 入園式・進級式（新入児親子同伴）  
※継続児は普通保育です  
19日（金） イースター礼拝 3・4・5歳児

### 「保護者と職員の会」より

次期役員についてのアンケートにご協力いただきありがとうございました。2名の立候補者がおられましたので、残り4名は後日「くじ引き」にて決めさせていただきますのでご了承ください。

尚、旧役員と新役員の引継ぎの役員会を  
3月22日（金） 18:30～で行う予定です。

### <園庭・屋上改修工事について>

第1期工程として園庭の改修工事が2月18日（月）～3月15日（木）の予定で順調に進んでいます。園庭で遊べない分、乳児の子ども達は屋上で遊んだり、お散歩を楽しんだりして過ごしています。幼児の子ども達は隣の公園や近隣の公園へ出かけての遊びを喜んでいるようです。

皆様のご理解に感謝いたしております。

主任 杉原

# 2019年3月度 みどり野保育園メニュー

★はお楽しみメニュー

日	曜日	献立名	材 料				おやつ	
			黄◇ カや体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	献立名	原材料
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類			
1	金	桃色ひなちらし がんもの煮物 アスパラガスの味噌和え すまし汁 白桃かん	米(国産)・砂糖 砂糖 砂糖 麩 砂糖	●錦糸卵・桜でんぶ 一口がんも 赤味噌	人参・れんこん・いんげん かぼちゃ・玉ねぎ グリーンアスパラ・キャベツ・赤パプリカ ほうれん草・えのきだけ 寒天・おろし白桃	穀物酢・塩・ケチャップ ・醤油・みりん・かつおだし かつおだし・醤油・酒 みりん かつおだし・醤油・塩	ホットカルピス ひなあられ いよかん	▲カルピス あられ いよかん
2	土	お 弁 当 日				牛乳 せんべい	▲牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい	
4	月	八宝菜 平天と野菜の中華かき揚げ ごはん 味噌汁 フルーツ(パイナップル)	油・片栗粉 小麦粉・油 米(国産)	豚肉 さつま揚げ うす揚げ・赤味噌・白味噌	白菜・長葱・人参・筍 ・しいたけ・チンゲン菜 ごぼう・玉ねぎ わかめ・青ねぎ パイナップル(缶詰)	鶏がらスープ・醤油・塩 鶏がらスープ かつおだし	牛乳 スイートポテト	▲牛乳 さつま芋・▲牛乳 ▲バター・砂糖 ●卵
5	火	揚アジのオーロラソース 大根と胡瓜のゆかり和え ひじきと高野豆腐の煮物 ごはん 味噌汁	小麦粉・油・マヨドレ 油・砂糖 米(国産) 巻麩	アジ 高野豆腐 赤味噌・白味噌	大根・きゅうり・えのきだけ・ゆかり 芽ひじき・人参 もやし・ほうれん草	塩・ケチャップ かつおだし・醤油・酒 かつおだし	牛乳 きなこドーナツ	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ▲牛乳・油 ベーキングパウダー きなこ
6	水	カレーライス 切干大根サラダ フルーツ(オレンジ)	米(国産)・押麦 ・じゃが芋・油 砂糖・調合ごま油	牛肉 大豆 豆腐・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参 切干大根・キャベツ ・グリーンアスパラ・コーン オレンジ	▲バーモントカレー ・カレーフレーク 醤油・穀物酢・みりん	牛乳 アップルゼリー	▲牛乳 ゼラチン・砂糖 アップルジュース
7	木	白身魚の漬け焼 ハムとアスパラガスのソテー さつま芋の天ぷら 雑穀ごはん 味噌汁	砂糖・油 油 さつま芋・▲天ぷら粉・油 米(国産)・押麦・黒ごま	ホキ ●/▲ハム 小豆 豆腐・赤味噌・白味噌	グリーンアスパラ・もやし・人参 玉ねぎ・しめじ	醤油・みりん・かつおだし チキンコンソメ 塩 かつおだし	牛乳 つけものおにぎり	▲牛乳 米(国産) 胡瓜漬け
8	金	きつねうどん 根菜のそぼろ味噌煮 白菜と小松菜の菜種和え	うどん 油・里芋・砂糖 調合ごま油	味噌汁 牛ミンチ・赤味噌 ●卵	わかめ・青ねぎ・だし昆布 ごぼう・人参 白菜・小松菜	かつおだし・醤油・みりん・塩 かつおだし・みりん 醤油・みりん・かつおだし	牛乳 にんじん蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー ▲牛乳・人参
9	土	焼豚チャーハン 春雨サラダ 中華スープ	米(国産)・油 春雨・調合ごま油・砂糖 じゃが芋	焼豚 味付け揚げ 牛ミンチ・赤味噌 ●卵	玉ねぎ・チンゲン菜 きゅうり・人参・黄パプリカ キャベツ・大根	鶏がらスープ 穀物酢・醤油 鶏がらスープ	牛乳 ビスケット	▲牛乳 ▲マリービスケット
11	月	豚肉とごぼうの柳川風煮 ほうれん草とえのきのあおさし ごはん 味噌汁 フルーツ(りんご)	こんにゃく・砂糖 白ごま 米(国産) 麩	豚肉・●卵 味付け揚げ うす揚げ・赤味噌・白味噌	ごぼう・人参・みつば ほうれん草・えのきだけ・あおさのり 白菜 りんご	かつおだし・醤油・みりん・酒 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 ハムチーズ サンド	▲牛乳 ▲食パン ローズハム チーズ マヨドレ
12	火	マーマレードチキン ツナサラダ かぼちゃと大豆の煮物 ごはん スープ	小麦粉・油・マーマレード 砂糖・オリーブ油 砂糖 米(国産)	鶏肉 まぐろフレーク 大豆	しょうが キャベツ・フロッキー・人参・レモン果汁 かぼちゃ わかめ・小松菜・玉ねぎ	塩・醤油・みりん 穀物酢・塩・醤油 かつおだし・醤油・酒 チキンコンソメ	牛乳 黒糖カステラ	▲牛乳 ▲ホットケーキ ミックス・黒砂糖 砂糖・●卵 ▲牛乳
13	水	サバの甘辛煮 大根と胡瓜の塩昆布和え カリフラワーのチーズ揚げ ごはん 味噌汁	砂糖 小麦粉・油 米(国産) さつま芋	サバ ▲粉チーズ 赤味噌・白味噌	しょうが 大根・きゅうり・人参・塩昆布 カリフラワー・ドライパセリ もやし・青ねぎ	かつおだし・醤油・みりん・酒 塩 かつおだし	牛乳 チヂミ	▲牛乳 小麦粉・片栗粉 塩・●卵・豚肉 ニラ・人参・油 醤油・調合ごま油
14	木	家常豆腐 (厚揚げと野菜の中華味噌炒め) 平天とチンゲン菜の煮浸し ごはん 中華スープ フルーツ(黄桃)	油・砂糖・片栗粉 砂糖 米(国産) 春雨	豚肉・厚揚げ ・テンメンジャン・赤味噌 さつま揚げ	人参・玉ねぎ・干しいたけ ・ピーマン・にんにく・しょうが チンゲン菜・白菜 青ねぎ・わかめ 黄桃(缶詰)	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・みりん・かつおだし 鶏がらスープ	牛乳 さつま芋の キャラメルソース	▲牛乳 さつま芋・油 砂糖・▲ホイップ クリーム

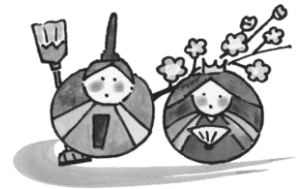
<注意事項>

- アレルギーについて
  - 卵を含む食品に●印を、乳を含む食品に▲印をつけています。
  - そば・落花生の入った食材は使用していません。
- 0~2歳児は昼食に牛乳を飲みます。
- 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

エネルギー	602Kcal
蛋白質	21.1g
脂質	19.5g
カルシウム	248mg

日曜日	献立名	材 料				おやつ	
		黄◇ カや体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	献立名	原材料
		穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類			
★ 15 金	スパゲティミートソース コーンサラダ スープ パンナコッタ	スパゲティ・オリーブ油 ・油・小麦粉・砂糖 砂糖・オリーブ油 砂糖・▲ホイップクリーム	合ミンチ・大豆 ・▲粉チーズ ちくわ ▲牛乳	玉ねぎ・人参・にんにく コーン・キャベツ・レモン果汁 大根・赤パプリカ・えのきだけ 寒天	赤ワイン・ケチャップ ・ウスターソース・醤油・塩 穀物酢・塩・醤油 チキンコンソメ ゼラチン	牛乳 梅わかめ おにぎり	▲牛乳 米(国産) わかめご飯の素 しそねり梅
16 土	和風あんかけ丼 しらすともやしの酢の物 味噌汁	米(国産)・油・片栗粉 砂糖 里芋	豚肉・ちくわ しらす干し 赤味噌・白味噌	人参・白菜・ピーマン きゅうり・もやし 玉ねぎ・しめじ	かつおだし・醤油・みりん・酒 穀物酢・醤油 かつおだし	牛乳 せんべい	▲牛乳 ▲黒糖みるく
18 月	鶏肉の磯辺揚げ にんじんシリシリ 小松菜とえのきのおかか和え ごはん 味噌汁	小麦粉・油 油 米(国産) 巻麴	鶏肉 ●卵 かつお節 赤味噌・白味噌	あおさのり 人参 小松菜・えのきだけ かぼちゃ・白菜	塩 塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 バナナパンケーキ	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー 油・▲牛乳 バナナ
19 火	サケの香草ムニエル ひじきサラダ 厚揚げの煮物 ごはん スープ	小麦粉・オリーブ油 砂糖・マヨドレ こんにゃく・砂糖 米(国産)	サケ 厚揚げ	パセリ 芽ひじき・ごぼう・きゅうり 人参 大根・もやし・青ねぎ	チキンコンソメ かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油・酒 チキンコンソメ	牛乳 フルーツ白玉	▲牛乳 白玉粉・豆腐 黄桃(缶詰) りんご
20 水	味噌ラーメン 大学芋 フルーツ(バナナ)	ラーメン・油・調合ごま油 さつま芋・油・砂糖・黒ごま	豚肉・赤味噌	玉ねぎ・人参・キャベツ ・チンゲン菜・にんにく・しょうが バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩	牛乳 きなこちんすこう	▲牛乳 小麦粉・きな粉 油・砂糖・塩
★ 22 金	チーズハンバーグ 粉ふき芋 平天とフロッコリーのサラダ ロールパン コーンクリームスープ フルーツ(いちご)	油・パン粉・油 じゃが芋 オリーブ油・砂糖 ▲ロールパン	牛ミンチ・豚ミンチ ・豆腐・▲チーズ さつま揚げ ▲牛乳	玉ねぎ フロッコリー・人参・コーン コーン いちご	塩・ケチャップ 塩 穀物酢・醤油 ▲コーンクリームスープの素	牛乳 お誕生日ケーキ (ヨーグルト)	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー ●卵・▲ヨーグルト ▲無塩バター オリーブ油・ ▲ホイップクリーム
23 土	お 弁 当 日					牛乳 ベジスナック	▲牛乳 ベジたべる
25 月	とん平焼 ほうれん草のごま和え かぼちゃのスープ煮 ごはん 味噌汁	油・マヨドレ 白ごま 米(国産) 麴	●卵・豚肉 うす揚げ・赤味噌・白味噌	キャベツ・玉ねぎ・あおさのり ほうれん草・人参 かぼちゃ わかめ	かつおだし・お好み焼ソース 醤油・みりん・かつおだし チキンコンソメ かつおだし	牛乳 バナナドッグ	▲牛乳 バナナ・小麦粉 砂糖・▲牛乳 ベーキングパウダー 油
26 火	白身魚の塩こうじ揚げ チーズサラダ こんぶ豆 ごはん 味噌汁	小麦粉・油 油・砂糖 砂糖 米(国産) さつま芋	ホキ ▲チーズ 大豆 赤味噌・白味噌	きゅうり・コーン きざみ昆布・人参 もやし・青ねぎ	塩こうじ 醤油・穀物酢 かつおだし・醤油・みりん かつおだし	牛乳 炒めビーフン	▲牛乳 豚肉・玉ねぎ 人参・ピーマン ビーフン・油 鶏がらスープ
27 水	鶏すき風煮 大根と小松菜の梅風味和え ごはん 味噌汁 フルーツ(りんご)	系こんにゃく・油・砂糖 米(国産) じゃが芋	鶏肉・焼き豆腐 ちくわ 赤味噌・白味噌	白菜・玉ねぎ・人参・ごぼう 大根・小松菜・しそ練り梅 ほうれん草・しめじ りんご	かつおだし・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 黒糖 マーラーカオ	▲牛乳 小麦粉・黒砂糖 ベーキングパウダー ▲牛乳・●卵・油 調合ごま油・醤油
28 木	ハヤシライス しらすとカリフラワーのサラダ フルーツ(オレンジ)	米(国産)・じゃが芋・油 油・砂糖	牛肉 しらす干し	玉ねぎ・人参・しめじ カリフラワー・グリーンアスパラガス オレンジ	ハヤシシレーク・ケチャップ 穀物酢・醤油	牛乳 フルーツ パンディング	▲牛乳 ▲食パン・砂糖 ▲牛乳・●卵 レーズン・バナナ 黄桃(缶詰)
29 金	サケのごま味噌焼 ウイナーとチンゲン菜のソテー 切干大根と里芋の煮物 麦入りごはん すまし汁	砂糖・白ごま・油 油 里芋・油・砂糖 米(国産)・押麦	サケ・白味噌 ●ウイナー	チンゲン菜・玉ねぎ 切干大根・人参 筍・えのきだけ・みつば	みりん・酒 チキンコンソメ かつおだし・醤油・みりん かつおだし・醤油・塩	牛乳 いちごミルク ゼリー	▲牛乳 ゼラチン・砂糖 ▲牛乳 いちごジャム
30 土	豚骨ラーメン 高野豆腐の唐揚げ フロッコリーと胡瓜の中華和え	ラーメン・油 砂糖・小麦粉・片栗粉・油 調合ごま油	豚肉 高野豆腐 さつま揚げ	玉ねぎ・人参・キャベツ ・もやし・青ねぎ フロッコリー・きゅうり	醤油・鶏がらスープ ・塩・豚骨ラーメンスープ 醤油・酒・塩 醤油・みりん・鶏がらスープ	牛乳 ビスケット	▲牛乳 ▲シガーフライ

# 給食だより



今年度もあとわずかとなくなりました。1年前と比べると身体が大きくなり、できることも増えて、成長したなと感じることも多いのではないのでしょうか。

毎日元気に過ごすためにバランスのよい食事が大切と思っても、好き嫌いがある子どもが少なくありません。好き嫌いの起こる原因や対処法を知って、楽しく食事をしていきましょう。



## 食べ物の好き嫌いはどうして起こる？



### 本能

味覚には5つの種類があり、本能的に「甘味・塩味・うま味」は「おいしい」と感じ、「苦味・酸味」は「毒物」「腐敗物」など体に悪そうなものだと感じる

### 環境

今までに食べたことのない新しい食べ物に対して、「不安」や「恐怖」を感じる

### 感受性

記憶や経験に影響を受ける

食べたらかなかが痛くなった、のどに詰まりそうになったなどの嫌な経験が記憶に残っている

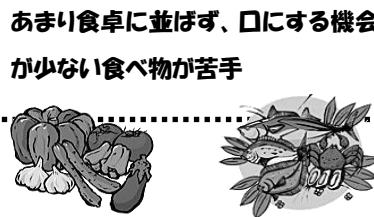


食べなさいと叱られたなどの悲しい記憶と結びついている



においや見た目（姿、大きさ、量）に対して戸惑うと、食べられないと感じる

ピーマンやほうれん草などの野菜の苦味や酢の物の酸味が苦手



### 子どもの味覚



口腔内には「味蕾(みらい)」という味覚のセンサーがあり、食べ物に含まれる化学物質を感知して、味を感じます。子どもの味蕾の数は…

**約10000個！！**

味蕾は子どものころに増え、大人になると、半分ほどに減ってしまいます。味蕾の数が多くほど味に対して敏感なので、大人が「苦くない」と思っても、子どもは「苦い！！」と感じることがあるのです。

味蕾は胎児のときにすでに機能していて、味を感じることができるといわれています。



### 苦手な食べ物の対処方法

#### 【その①】慣れる

食べないからといって出すのをやめない。食べる回数を重ねて、周囲の人が食べているのを見ることで「食べ慣れたもの、見慣れたもの」という安心感がうまれる。



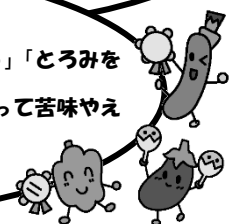
#### 【その②】楽しい記憶にする

「友達と一緒に食べたらか嬉しくておいしかった」「料理のお手伝いをしたら食べられた」など楽しい記憶と結びつける。



#### 【その③】食べやすくする

「かみにくい食べ物は切り方やかたさを調節する」「とろみをつけて飲み込みやすくする」「だしや調味料を使って苦味やえぐ味をやわらげる」などの工夫をする。



食べ残してしまう理由には好き嫌いのほかに、1回の食事で食べられる量には個人差があるということもあげられます。時には「時期が来れば食べられるようになる」と、少しおおらかな気持ちで見守ることも大切です。

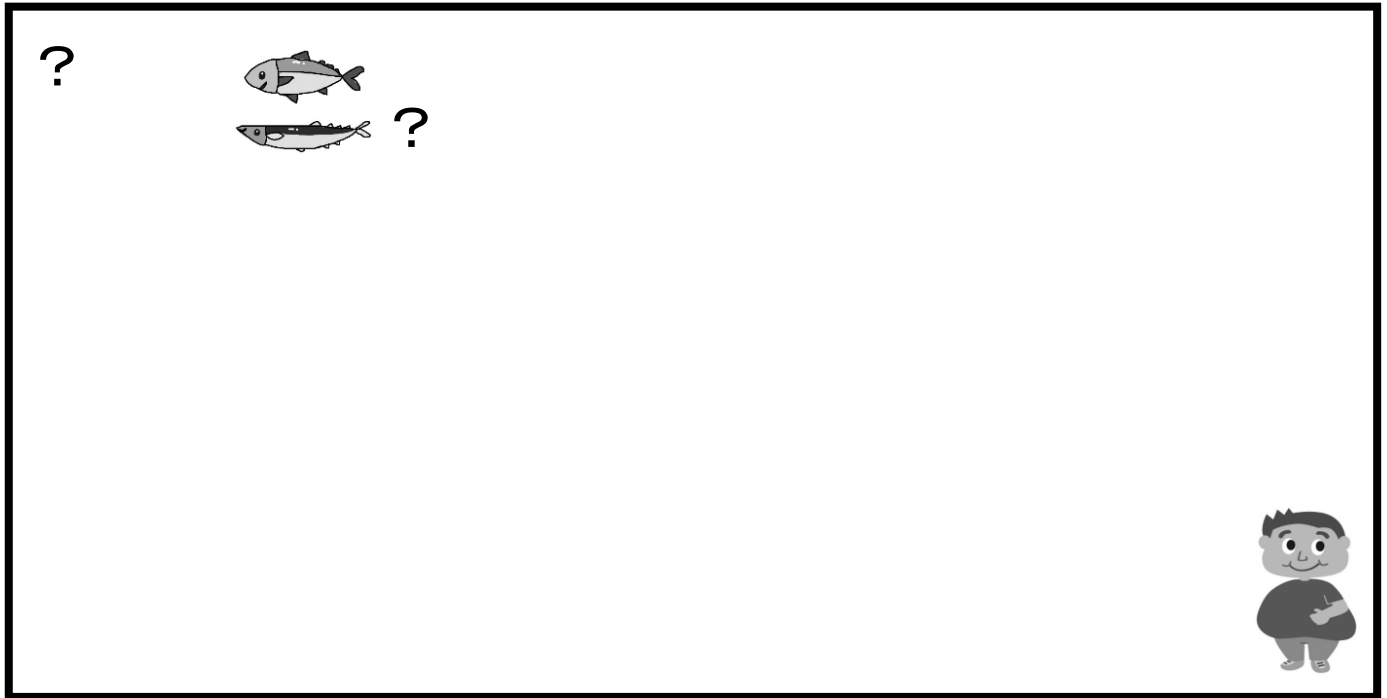


# たべもの なぞなぞ



「あんこで おなかが いっぱいのおさかな なあに？」

こたえが わかったら その「え」を かいてみよう！



<こたえ> たいやき

## ★今月のレシピ★

### 根菜のそぼろ味噌煮

材料：こども4人分

牛ミンチ	80g
里芋	80g
ごぼう	60g
にんじん	40g
サラダ油	小さじ1
かつおだし	120cc
味噌	大さじ1
みりん	小さじ2
砂糖	小さじ1

#### 作り方

- ① 根菜は皮をむいて乱切りにし、下ゆでする。
- ② 調味料と、かつおだしを合わせておく。
- ③ サラダ油でミンチをポロポロに炒め、①・②を加えて根菜が柔らかくなるまで煮る。