

## みどり野 園だより 6月

### 園長日記 No.2 「祈り」

時に「祈りたくなる時」がありませんか？ 人生の不安、孤独、苦しみ、試練・・・それは人それぞれです。祈りは言葉で「神さま」と交わることとされています。また、「それは生きるために必要な呼吸のようなものである」という人もいます。

また、祈りは三度の食事のようなものでもあり、生きていくうえで、実際に日常で祈ることが大切だとも言われています。「祈る」とはどういうことなのでしょう？

#### ①讚美

讚美とは、自分を越えたところに神さまがいることを信じ、神さまを讃めたたえるものと言われています。大好きで安心できるお父さんやお母さんに呼びかけるような気持ちに近いものに思えます。いつも私たちを守ってくださっている「神さま！」という感じでしょうか。

#### ②感謝

何気ない平凡な営みになかなか感謝できませんが、感謝は神さまが私たちにあたえてくださる豊かな恵みに対する応答と考えます。

「神さま、いつもありがとうございます」という感じです。

#### ③罪の告白

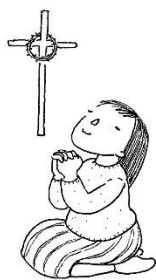
難しそうな言葉ですが、日頃の自己中心的な生活の中で「悪いことをしてしまったな、これは許されることではないな」と、神さまに「ゆるしてください」と神さまに語りかけをお願いします。私は日々反省の毎日です。

#### ④祈願

私たちのこころの中にある「思い」や「願い」、信頼する神さまにお願いするのです。私の経験では、自分の思うようには叶えてはくさいませんが、いろんな形で確実に叶えてくださると信じています。

#### ⑤とりなし

祈りの核心です。子ども、友達のために、病気、不安、孤独、苦しみ、試練、飢餓、抑圧、差別の中にある人々等、多くの他者を憶え、こころをこめて、それらを乗り越えられるよう神さまに助けを願うということです。



みどり野保育園では、子ども達と身近な家族やお友達が病気や悲しいことがあった時も癒されるように祈ります。また、そして、大きな災害や貧困などで苦しんでいる世界のお友達が神さまに守られるように祈ります。

忘れがちなのは、平凡な毎日に起こる嬉しいことや喜びに対する祈りです。それらを感じたときは感謝の祈りを捧げます。

なかなかできませんが、日々感謝できるような毎日を過ごしていかないといけないと思う時があります。みなさんも時に心静かに祈りする時をもたれてはいかがでしょうか。

2016年6月1日  
園長 中田一夫

## 6月の行事予定

- 7日(火) 耳鼻科検診(北中耳鼻科) 午後 3:00~
- 8日(水) 眼科検診(真野眼科) 午前 10:00~

※検診の日は、できるだけ出席して下さい。欠席の場合は、当日の検診時間に園まで受けに来て頂くか、後日直接医院まで受けに行ってください。

- 11日(土) 保護者と職員の交流会 17:00~19:00  
「ビンゴゲーム&カレー夕食」

\*参加の方は、当日の持ち物をお忘れなく!!

〔 ご飯を入れた容器(カレーを入れるので余裕を持たせて…)  
スプーン、お茶 など 〕

- 21日(火) 全園児お弁当日…離乳食児は園で用意します。

・くじら組5歳児は、自然体験で甲子園浜にマイクロバスで、出かけます。

※詳しくは、後日お知らせ致します。

- 23日(木) 歯磨き指導(中央保健センター歯科衛生士) 10:00~11:00

歯科衛生士さんから、紙芝居や楽しい歌を歌いながら、歯みがきの大切さや正しい歯の磨き方を教えて頂きます。

対象クラス：こがに・かに・くじら(2歳児~5歳児)

★くじら組・かに組は、当日 歯ブラシを必ずご用意ください。

- 17日(金) 避難訓練

- 24日(金) 誕生会…6月生まれのおともだち、おめでとう!

### クラス懇談会及び参観のお知らせ…詳しくはクラスだよりにて

- 18日(土) こがに組 9:30~12:30 頃 ビデオを見ながらの懇談と保育参加(親子で)
- めだか組 10:30~11:30 頃 ビデオを見ながらの懇談のみ
- 25日(土) か に組 9:30~12:30 頃 ビデオを見ながらの懇談と保育参加(親子で)

### ☆YMCA 運動あそび(3・4・5歳児)

2日・16日の(木) 10:00~12:00

各年齢別、約40分間ずつ

※運動し易い服装・運動靴で登園させて下さいます様、お願いします。

### 園庭開放

**毎週水曜日9:30~11:00**

※地域の0歳~就学前のお子さんを親子で受け入れています。ご近所の方を、どうぞお誘いください。子育て支援アドバイザー(松木先生)が、育児に関するご相談にも応じます。

ある日の夕方…3歳児クラスの担任が帰った後、こどもたちを外に連れ出す為、保育室の入口に集合させていたら、その場で押し合いっこが始まり、誰かが「イタイ!」「ヤメテ!」…その後ろでも同じように「イタイ!」「ヤメテ!」という悲鳴が…今にもケンカが始まりそうと思いきや、なぜかそのあと「イタイッ!ヤメテッ!イタイッ!ヤメテッ!…」の繰り返しをおもしろがって大合唱…眉をしかめていた子も一緒に笑顔になって…言葉あそびが大好きな3歳児の子ども達の姿に、思わず笑ってしまったのでした。(高見)

# 2016年6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	水	炒り豆腐 みそポテト ごはん スープ フルーツ (パイナップル)	油・油・砂糖・調合ごま油 じゃが芋・片栗粉・油・砂糖 米 (国産)	豆腐・豚肉・●卵 赤味噌  ●カニ風味かまぼこ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・おろし生姜  キャベツ・さやいんげん パイナップル(缶詰)	かつおだし・醤油・みりん・酒 みりん  チキンコンソメ	牛乳 ほうれん草蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ▲牛乳・ほうれん草 ベーキングパウダー
2	木	ビビンバ丼 白菜とちくわのおかか和え 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	米 (国産)・押麦・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 里芋	牛肉 ちくわ・かつお節 赤味噌・白味噌	おろしにんにく・小松菜・もやし・大根・人参 白菜 茄子・青ねぎ オレンジ	醤油・みりん・鶏がらスープ・穀物酢・醤油 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 ジャムサンド	▲牛乳 ▲塩パン・フルーベリージャム
3	金	サケの和風フリッター コーンサラダ こんぶ豆 ごはん 味噌汁	小麦粉・▲天ぷら粉・油 砂糖・オリーブ油 砂糖 米 (国産)	サケ 水煮大豆  赤味噌・白味噌	コーン・胡瓜・人参・レモン果汁 きざみ昆布  ほうれん草・玉ねぎ・えのき	塩・かつおだし・醤油・みりん 穀物酢・塩・醤油 かつおだし・醤油・みりん	牛乳 あじさい彩りかん	▲牛乳 ぶどうジュース ▲カルピス・寒天・砂糖
4	土	チャンポン もやしのゆかり和え さつま芋きんぴら	ラーメン・油 さつま芋・油・砂糖・白ごま	豚肉・さつま揚げ	玉ねぎ・赤パプリカ・キャベツ・さやえんどう もやし・人参・ゆかり	塩・鶏がらスープ・豚骨ラーメンスープ かつおだし・醤油・みりん・酒	牛乳 せんべい	▲牛乳 ▲白い風船
6	月	マーマレードチキン 小松菜のごま和え じゃがバター醤油 ごはん 味噌汁	小麦粉・油・マーマレード 白ごま じゃが芋・▲バター・砂糖 米 (国産)	鶏肉 ●かまぼこ  赤味噌・白味噌	おろし生姜 小松菜・人参  白菜・まいたけ・玉ねぎ	塩・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし 醤油	牛乳 キャラットスコーン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ▲無塩バター・●卵 ▲ヨーグルト・人参 ベーキングパウダー・塩
7	火	ハンバーグ かぼちゃのスープ煮 野菜サラダ ごはん 味噌汁	パン粉・油 油・砂糖 米 (国産) 巻麴	合ミンチ・●卵・▲牛乳  赤味噌・白味噌	玉ねぎ かぼちゃ ブロッコリー・人参・玉ねぎ  チンゲンサイ・わかめ	塩・コショウ・ケチャップ・ウスターソース チキンコンソメ 穀物酢・醤油	牛乳 お好み焼き	▲牛乳 小麦粉・長芋・●卵 豚肉・キャベツ・人参 かつおだし・油・お好み焼きソース 青のり・花かつお
8	水	サバの味噌煮 切干大根とコンニャクの甘辛炒め エッグサラダ ごはん 花麴のすまし汁	砂糖 糸こんにゃく・油・砂糖 油・マヨドレ 米 (国産) 花麴	サバ・赤だしみそ  ●卵	切干大根・人参 コーン・胡瓜  ほうれん草・えのき	かつおだし・醤油・酒 醤油・みりん 塩	牛乳 ミルクプリン	▲牛乳 プリンの素・▲牛乳 黄桃 {缶詰}
9	木	豚肉のチャプチェ 蒸さつま芋 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ (洋梨)	緑豆春雨・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 さつま芋 米 (国産)・押麦	豚肉  赤味噌・白味噌	もやし・人参・ニラ  茄子・しめじ・青ねぎ 洋梨(缶詰)	醤油・みりん・酒  かつおだし	牛乳 米粉の豆腐パンケーキ	▲牛乳 米粉・砂糖・油 豆腐・▲牛乳 ベーキングパウダー・塩 いちごジャム
10	金	肉うどん ひじきと高野豆腐の煮物 フルーツ (バナナ)	うどん・砂糖 油・砂糖	牛肉 高野豆腐	玉ねぎ・生しいたけ・小松菜・だし昆布 芽ひじき・人参 バナナ	かつおだし・醤油・みりん・酒・塩 かつおだし・醤油・酒	牛乳 ツナマヨおにぎらず	▲牛乳 米・まぐろフレーク 胡瓜・かつお節 マヨドレ・焼きのり
11	土	かき揚げ丼 白菜の煮浸し 味噌汁	米 (国産)・小麦粉・油・片栗粉 砂糖 じゃが芋	ちくわ きざみ揚げ 赤味噌・白味噌	人参・玉ねぎ・ピーマン 白菜 もやし・わかめ	塩・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 せんべい	▲牛乳 ソフトサラダ
13	月	豚肉とごぼうの柳川風煮 おかかサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ (りんご)	こんにゃく・砂糖 砂糖 米 (国産) 麴	豚肉・●卵 かつお節  赤味噌・白味噌	ごぼう・人参・青ねぎ 胡瓜・大根  ほうれん草・玉ねぎ りんご	かつおだし・醤油・みりん・酒 醤油・穀物酢・みりん	牛乳 いもかりんどう	▲牛乳 さつま芋・油 黒砂糖・▲牛乳
14	火	白身魚の磯辺揚げ 彩り和え物 かぼちゃのそぼろ煮 ごはん 味噌汁	▲天ぷら粉・油 油・砂糖 米 (国産)	メルルーサ 鶏ミンチ  きざみ揚げ・赤味噌・白味噌	青のり キャベツ・紫キャベツ・人参 かぼちゃ  チンゲンサイ・もやし	塩 醤油・みりん・かつおだし 醤油・酒・みりん・かつおだし	牛乳 あずき蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・小豆 {缶詰} ▲牛乳・ベーキング パウダー
15	水	ショートパスタのオープン焼 えびと野菜のオレンジマリネ ロールパン スープ パナナコッタ	マカロニ・油・▲バター・小麦粉・パン粉 砂糖・オリーブ油 ▲ロールパン 砂糖・いちごジャム	●▲ベーコン・▲牛乳・▲粉チーズ エビ 豆腐 ▲牛乳・▲ホイップクリーム	玉ねぎ・ブロッコリー・カットマト コーン・人参・ピーマン・オレンジジュース  小松菜・わかめ 寒天	塩・チキンコンソメ・ケチャップ 穀物酢・塩  チキンコンソメ ゼラチン	牛乳 五平餅	▲牛乳 米・片栗粉・砂糖 赤味噌

<注意事項>

1) アレルギーについて

- ①卵を含む食品に●印を、乳を含む食品に▲印をつけています。
- ②そば・落花生の入った食材は使用していません。

2) 0~2歳児は屋食に牛乳を飲みます。

3) 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	584Kcal
蛋白質	21.0g
脂質	17.6g
カルシウム	256mg

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				
16	木	牛肉と根菜の煮物 白菜と胡瓜の酢の物 ごはん 味噌汁 ひじきソフトふりかけ	こんにやく・砂糖 砂糖 米(国産) 巻麩・じゃが芋 砂糖・白ごま	牛肉 しらす干し  赤味噌・白味噌	ごぼう・れんこん・人参・玉ねぎ・さやいんげん 白菜・胡瓜  青ねぎ 芽ひじき・ゆかり	かつおだし・醤油・みりん・酒 穀物酢・醤油  かつおだし かつおだし・醤油・みりん	牛乳 ドロップクッキー	▲牛乳 小麦粉・▲無塩バター 砂糖・●卵・レーズン	
17	金	アジの蒲焼風 ほうれん草ともやしのとえ物 昆布の天ぷら 麦入りごはん 味噌汁	片栗粉・油・砂糖・片栗粉  白ごま・▲天ぷら粉・油 米(国産)・押麦 さつま芋	アジ   赤味噌・白味噌	おろし生姜 ほうれん草・もやし きざみ昆布・玉ねぎ・人参  白菜・しめじ	酒・醤油・みりん 醤油・みりん・かつおだし 塩  かつおだし	牛乳 フルーツヨーグルト	▲牛乳 ▲ヨーグルト バナナ・砂糖	
18	土	五目うどん 里芋の煮物 ちくわとチンゲンサイのソテー	うどん 里芋・砂糖 油	鶏肉  ちくわ	大根・人参・わかめ・青ねぎ・だし昆布  チンゲンサイ・玉ねぎ・コーン	かつおだし・醤油・みりん・塩 醤油・酒・みりん・かつおだし チキンコンソメ	牛乳 クラッカー	▲牛乳 野菜クラッカー	
20	月	家常豆腐(シヤウツドク) 小松菜とキャベツの中華和え ごはん たまごスープ フルーツ(パイ)	油・砂糖・片栗粉 調合ごま油 米(国産)	豚肉・鷹揚げ・テンメンジャン・赤味噌  ●卵	人参・玉ねぎ・たまご・ピーマン・おろしにんにく・おろし生姜 小松菜・キャベツ  ブロッコリー・かぼちゃ パイ(缶詰)	醤油・酒・鶏がらスープ 醤油・みりん・鶏がらスープ  鶏がらスープ	牛乳 黒糖ドーナツ	▲牛乳 小麦粉・黒砂糖 ▲牛乳・ベーキング パウダー・油	
21	火	お 弁 当 日						牛乳 フレンチトースト	▲牛乳 ▲食パン・●卵 ▲牛乳・▲バター 砂糖
22	水	チキンカレー コロコロサラダ フルーツ(メロン)	米(国産)・じゃが芋・油 マヨドレ	鶏肉 ●ウインナー・水煮大豆	玉ねぎ・人参 胡瓜 メロン	カレーフレーク 塩	牛乳 アップルゼリー	▲牛乳 りんごジュース ゼラチン・砂糖	
23	木	醤油ラーメン ナムル フルーツ(バナナ)	●中華麺・油・調合ごま油 白ごま・砂糖・調合ごま油	豚肉・●かまぼこ	玉ねぎ・キャベツ・しめじ・青ねぎ チンゲンサイ・もやし・人参・おろしにんにく バナナ	醤油・鶏がらスープ・オイスターソース・塩 醤油・塩	牛乳 わかめおにぎり	▲牛乳 米・わかめごはんの素	
★	24	鶏肉の唐揚げ じゃがチーズ ハムとブロッコリーのケチャップソテー ごはん 味噌汁 ピーチかん	小麦粉・片栗粉・油 じゃが芋・マヨドレ 油 米(国産)  砂糖	鶏肉 ▲チーズ ●/▲ハム  きざみ揚げ・赤味噌・白味噌	おろし生姜 ブロッコリー・人参  小松菜・玉ねぎ 寒天・黄桃(缶詰)	醤油・酒 塩 チキンコンソメ・ケチャップ・塩  かつおだし	牛乳 お誕生日ケーキ	▲牛乳 小麦粉・砂糖・●卵 ▲無塩バター・きな粉 ベーキングパウダー ▲ホイップクリーム	
25	土	三色丼 切干大根サラダ 味噌汁	米(国産)・砂糖・油 砂糖・調合ごま油	牛ミンチ まぐろフレーク 赤味噌・白味噌	コーン・グリーンピース 切干大根・胡瓜・人参 茄子・白菜・えのき	醤油・みりん・塩・かつおだし 醤油・穀物酢・みりん かつおだし	牛乳 ビスケット	▲牛乳 ▲マリービスケット	
27	月	とん平焼 かぼちゃの煮物 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁	油・マヨドレ 砂糖  米(国産) 麩	●卵・豚肉  納豆  赤味噌・白味噌	キャベツ・玉ねぎ・青のり かぼちゃ ほうれん草・人参  わかめ・青ねぎ	かつおだし・お好み焼ソース かつおだし・醤油・酒 醤油  かつおだし	牛乳 フルーツボンチ	▲牛乳 みかん(缶詰) バナナッフル(缶詰) 寒天・砂糖	
28	火	白身魚のセサミフライ 白菜のさっぱり和え ベーコンと野菜のソテー ごはん 味噌汁	小麦粉・パン粉・白ごま・黒ごま・油 砂糖 油 米(国産) さつま芋	メルルーサ  ●/▲ベーコン  豆腐・赤味噌・白味噌	白菜・人参・コーン 玉ねぎ・チンゲンサイ  もやし	塩 穀物酢・醤油・みりん チキンコンソメ  かつおだし	牛乳 大豆マフィン	▲牛乳 小麦粉・砂糖・油 ▲牛乳・水煮大豆 ベーキングパウダー	
29	水	鶏肉のみそ照焼 ごぼうサラダ 細切昆布とカツオの佃煮 ごはん すまし汁	砂糖・油 マヨドレ 砂糖 米(国産) そうめん	鶏肉・白味噌  かつおフレーク水煮	ごぼう・人参・胡瓜 きざみ昆布  小松菜・まいたけ	みりん・酒 かつおだし・塩 醤油・みりん・酒  かつおだし・醤油・塩	牛乳 かぼちゃの バターガレット	▲牛乳 かぼちゃ・砂糖・片栗粉 油・▲バター・塩	
30	木	牛肉と野菜のオイスターソース炒め ポテトフライ 麦入りごはん 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	油・砂糖・片栗粉 フライドポテト・油 米(国産)・押麦	牛肉  きざみ揚げ・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン  茄子・しめじ オレンジ	オイスターソース・醤油 塩  かつおだし	牛乳 エックルールパン	▲牛乳 ▲/●ドックパン ●卵・胡瓜・塩 マヨドレ	