

園庭改修

当園の創立 40 周年を記念事業として園庭改修をいよいよスタートさせます。

1 階の園庭に関しては今後も作り上げていかなくてはなりません、ここまでの計画をお知らせいたします。

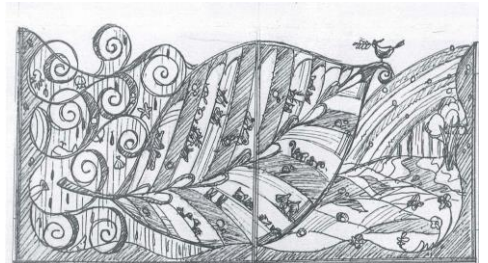
<一階園庭工事> (工事期間：2月中旬から3月末頃)

南側の老朽化したブロック塀及びフェンスを新調し、子どもや大人が少しでも神さまのお話しの興味を持ってもらうように大きな鉄の絵を飾ります。大型遊具は撤去し今後、保育士とともに少しずつ子どもの遊びやすい園庭を作り上げていきます。

口手 順

- ①まず、南側のブロック塀とネットフェンスが老朽化していますので新しいフェンスに取り換えします。
- ②そして40周年を記念して鉄で創った大きな絵を飾る予定です。聖書に描かれる「**ノア方舟**」をモチーフにしたもので、海、大地、虹、大きな船、いろいろな動物たちがちりばめられた大作になる予定です。
- ③今置かれている遊具（自動車、スカイジム、鉄棒、六角ベンチ）は撤去した後、**グラウンドを整地**する予定です。
- ④また、ピロティ以外のところは**天然の芝**を植える計画をしています。しっかりと根がはるかどうかはわかりませんが、チャレンジしようと考えています。
- ⑤新たな園庭遊具をどうするかは、決まっていませんが、砂場の砂の入れかえや遊具入れを新しくし、カラフルな**移動式鉄棒**や**平均台**を購入する予定です。
- ⑥それ以外の遊具に関して子どもの動きをみながら随時考えていくことにしています。いろんな自然素材の遊具を置きたいと考えています。
- ⑦また、**非常階段**も補修し塗装し直します。

鉄の絵



<三階屋上工事> (期間：4月初旬から6月末頃)

夏はプールがメインですが、オールシーズン屋上園庭で遊ぶことができる環境を整えます。

口手 順

- ①まず、**防水工事**を行います。
- ②その上に**クッション性の高い人口芝**を敷き詰めます。
- ③夏の異常な**日照りを防ぐためにオーニング**（日除け）を設置します。
- ④夏シーズに使うプール以外にカラフルな**移動式鉄棒**や**平均台**なども置く予定です。
- ⑤また、この際、**倉庫**も新調しようと考えています。

オーニング



工事中は子どもや皆さまにご迷惑をおかけすることになるかもしれませんが、どうぞご理解賜りますようお願い致します。

2019年2月1日
園長 中田一夫



2月の行事予定

- 1日・8日・15日・22日(金) 10:00～ 礼拝(尼崎教会稲生牧師のお話)
- 6日(水) 4,5歳冬山遊び…六甲YMCA 9:00集合 9:15出発
- 8日(金) 生活発表会予行練習 10:00～ *教会に行きますので、9:45までに登園してください。
- 11日(月) 信仰の自由を守る日・休園
- 16日(土) 生活発表会 10:00～11:30 (尼崎教会:礼拝堂) 詳しくは、後日お知らせ致します。
*生活発表会の終了後、5歳児保護者の方は合宿保育の説明会、又卒園式の時の代表決めをしますので
お残り下さい。託児が必要なお子さんは集会室の方でお預かりします。
- 22日(金) 誕生祝福・誕生会
- 26日(火) 避難訓練(火災)



3・4・5才児 YMCA 運動あそび

7日・21日の(木)

動きやすい服装で登園してください。

☆園庭開放☆

毎週水曜日 9:30～11:00

地域の0～5歳児のお子さんを親子で受け入れています。ぜひ、お友達をお誘いください。園舎見学も可能です。

3月の予告

- 2日(土) お弁当日
- 2日(土)～3日(日) 5歳児就学前合宿保育
- 16日(土) 卒園式 10:00～11:30
(場所:2F 幼児保育室)
- 卒園児は保護者同伴
 - 在園児は普通保育です
 - 3・4歳児は式に参加します
- 23日(土) 新年度準備
- ※半日保育又家庭保育のご協力をお願いします。
- ※登園される場合はお弁当をご用意ください

2月生まれのおともだち

おたんじょうびおめでとう

しみずりこさん	6さい
くりまかいとさん	4さい
ばばみりあさん	4さい
たかはしみずきさん	4さい
いしだりんねさん	3さい



「保護者と職員の会」2018年度の活動報告と今後の予定

- 4月13日(金) 役員会
【規約・予算・計画について】
 - 会則変更に関する件
 - 2017年度活動報告及び会計報告承認の件
 - 2018年度活動計画及び予算案
 - ・交流会は今年度も実施しない。
 - ・もちつきは保育園の行事とする。
 - ・行事の参加賞や品物選びは役員の担当が決める
 - ・秋祭りの手伝いは全員が協力する
 - ※役員の紹介及びお願い事を書面にて配布する
 - 6月15日(金) 役員会(秋祭りについて)
 - 8月25日(土) 秋祭り準備作業会
 - 9月1日(土) 秋祭り
 - 10月6日(土) 運動会の参加賞(バスタオル)
 - 12月15日(土) クリスマスプレゼント
 - 2月8日(金) 役員会(今年度の振り返り)
 - 3月16日(土) 卒園記念品(全園児)
卒園児に花束と文具プレゼントの予定
- ※次期新役員決め(立候補者を募りますのでご協力をお願い致します)

2019年2月度 みどり野保育園メニュー

★はお楽しみメニュー

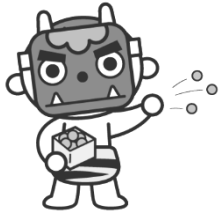
日	曜日	献立名	材 料				おやつ	
			黄◇ カや体温となるもの	赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	その他	献立名	原材料
			穀類・油脂類・砂糖類・いも類	魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類			
1	金	白身魚の甘味噌焼き がんもの煮物 福豆ごはん すまし汁 フルーツ(みかん)	油・砂糖 こんにゃく・砂糖 米(国産) 麩	ホキ・赤味噌 一口がんも 大豆	れんこん 水菜・えのきだけ みかん	みりん かつおだし・醤油・酒 醤油・みりん・酒・かつおだし かつおだし・醤油・塩	牛乳 鬼まんじゅう	▲牛乳 さつま芋・砂糖 小麦粉
2	土	ちくわ天うどん 高野豆腐の煮物 カリフラワーのゆかり和え	うどん・▲天ぷら粉・油 こんにゃく・砂糖	ちくわ 高野豆腐	わかめ・青ねぎ・だし昆布 人参 カリフラワー・キャベツ・ゆかり	かつおだし・醤油・みりん・塩 かつおだし・醤油・酒	牛乳 ビスケット	▲牛乳 アスバラガス ビスケット
4	月	鶏肉の梅風味揚げ 平天と野菜のソテー 小松菜の菜種和え ごはん 味噌汁	小麦粉・油 油 調合ごま油 米(国産)	鶏肉 さつま揚げ ●卵	しそ練り梅 玉ねぎ・人参・グリーンアスパラガス 小松菜・白菜 大根・わかめ	塩 チキンコンソメ 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 アップル ヨーグルトゼリー	▲牛乳 りんごジュース ▲ヨーグルト・砂糖 ホイップクリーム ゼラチン
5	火	白身魚の旨煮 焼かぼちゃ ひじき豆サラダ ごはん スープ	小麦粉・砂糖 油 砂糖・マヨドレ 米(国産)	ホキ 大豆	しょうが かぼちゃ・ドライパセリ 芽ひじき・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ・しいたけ	ウスターソース・醤油・酒 塩 かつおだし・醤油・みりん チキンコンソメ	牛乳 お好みねぎ焼き	▲牛乳 青ねぎ・豚肉 ●卵・小麦粉・油 お好み焼きソース かつお節
6	水	豚肉と野菜の五目炒め じゃが芋の海苔かき揚げ ごはん 味噌汁 フルーツ(りんご)	油・砂糖 じゃが芋・▲天ぷら粉・油 米(国産) 巻麩	豚肉 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・もやし・ニラ・真パプリカ きざみのり チンゲン菜・しめじ りんご	醤油・みりん・酒 塩 かつおだし	牛乳 ほうれん草 クッキー	▲牛乳 小麦粉・砂糖 ▲無塩バター・油 ●卵・ほうれん草
7	木	チャンポン 厚揚げと小松菜の煮浸し フルーツ(バナナ)	ラーメン・油 砂糖	豚肉・さつま揚げ 厚揚げ	玉ねぎ・人参・もやし ・キャベツ・いんげん 小松菜・えのきだけ バナナ	塩・鶏がらスープ ・豚骨ラーメンスープ 醤油・みりん・かつおだし	牛乳 ツナマヨ おにぎらず	▲牛乳 米(国産)・胡瓜 まぐろフレーク かつお節・マヨドレ 醤油・焼きのり
8	金	サケのチーズ焼 りんごとキャベツのサラダ さつま芋のごま煮 麦入りごはん 味噌汁	砂糖・油 砂糖・オリーブ油 さつま芋・黒ごま 米(国産)・押麦	サケ・▲チーズ 豆腐・赤味噌・白味噌	りんご・きゅうり・人参・キャベツ えのきだけ・青ねぎ	醤油・酒 穀物酢・塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 キャロット ドーナツ	▲牛乳 小麦粉・砂糖 油・▲牛乳 人参・粉糖 ベーキングパウダー
9	土	中華丼 ブロッコリーのしらす和え 中華スープ	米(国産)・油・片栗粉 砂糖	豚肉 しらす干し	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう ブロッコリー・コーン 小松菜・もやし・まいだけ	鶏がらスープ・醤油・塩 醤油・みりん・かつおだし 鶏がらスープ	牛乳 せんべい	▲牛乳 アンパンマンの ソフトせんべい
12	火	ハンバーグ デミグラスソース ポテトフライ 切干大根のツナ和え ごはん 味噌汁	油・パン粉 フライドポテト・油 米(国産) 麩	豚ミンチ・牛ミンチ・豆腐 まぐろフレーク うす揚げ・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・玉ねぎ・トマトピューレ 切干大根・ほうれん草・人参 わかめ	塩・赤ワイン風調味料・みりん ・▲デミグラスソース・ケチャップ 塩 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 ゆかりおにぎり	▲牛乳 米(国産) ゆかり
13	水	けんちんうどん 鶏肉と昆布の煮物 オレンジサワーかん	うどん・里芋 油・砂糖	絹厚揚げ 鶏肉 ▲カルピス	大根・ごぼう・人参 ・青ねぎ・だし昆布 きざみ昆布・玉ねぎ 寒天・オレンジジュース	かつおだし・醤油・みりん・塩 かつおだし・醤油・酒	牛乳 あずき蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 小豆(缶詰)・▲牛乳 ベーキングパウダー
14	木	アジのパン粉焼トマトソース かぼちゃの甘煮 ハムとブロッコリーのソテー 麦入りごはん 味噌汁	小麦粉・パン粉・油 砂糖 油 米(国産)・押麦	アジ ●/▲ハム 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・トマト かぼちゃ ブロッコリー・人参・コーン 小松菜・もやし・白菜	塩・ケチャップ チキンコンソメ かつおだし	牛乳 いちご白玉	▲牛乳 白玉粉・砂糖 いちごジャム 豆腐・いちご

<注意事項>

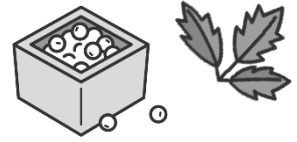
- 1) アレルギーについて
 - ①卵を含む食品に●印を、乳を含む食品に▲印をつけています。
 - ②そば・落花生の入った食材は使用していません。
- 2) 0~2歳児は昼食に牛乳を飲みます。
- 3) 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

エネルギー	565Kcal
蛋白質	22.2g
脂質	19.0g
カルシウム	250mg

日曜日	献立名	材 料				おやつ	
		黄◇ カヤ体温となるもの	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	鶏肉ときのこの和風カレー マセドアンサラダ フルーツ（みかん）	米（国産）・油 さつま芋・マヨドレ	鶏肉	大根・だし昆布・人参 ・しめじ・エリンギ・えのきだけ きゅうり・レーズン みかん	▲バーモントカレー ・カレーフレーク 塩	牛乳 フレンチ トースト	▲牛乳 ▲食パン・砂糖 ▲バター・●卵 ▲牛乳
16 土	豚丼 ひじき煮 味噌汁	米（国産）・砂糖・片栗粉 こんにゃく・油・砂糖	豚肉 ちくわ うす揚げ・赤味噌・白味噌	人参・玉ねぎ 芽ひじき・れんこん もやし・青ねぎ	かつおだし・醤油・みりん・酒 かつおだし・醤油・酒 かつおだし	牛乳 せんべい	▲牛乳 ▲白い風船
18 月	肉じゃが チンゲン菜のおかか和え ごはん 味噌汁 フルーツ（黄桃）	じゃが芋・油・砂糖 米（国産） 巻麴	牛肉 かつお節 豆腐・赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・グリーンピース チンゲン菜・白菜 まいだけ 黄桃{缶詰}	かつおだし・みりん・酒・醤油 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 黒糖ちんすこう	▲牛乳 小麦粉・黒砂糖 油・砂糖・塩
19 火	サバの味噌煮 揚げかぼちゃ ごぼうサラダ ごはん 卵豆腐のすまし汁	砂糖 油 マヨドレ・白ごま 米（国産）	サバ・赤味噌 ●卵豆腐	しょうが かぼちゃ ごぼう・人参・きゅうり わかめ・みつば	醤油・みりん・酒 塩 醤油 かつおだし・醤油・塩	牛乳 ミルクくずもち きなこがけ	▲牛乳 ▲牛乳・砂糖 片栗粉・きな粉
20 水	冬野菜の豆腐チャンプルー 春雨サラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（りんご）	砂糖・油・調合ごま油 春雨・油・砂糖 米（国産） 巻麴	豚肉・豆腐・●卵 赤味噌・白味噌	玉ねぎ・人参・れんこん ・水菜・しょうが チンゲン菜・赤パプリカ 青ねぎ・大根 りんご	醤油・鶏がらスープ・酒・塩 穀物酢・醤油 だし	牛乳 中華おこわの おにぎり	▲牛乳 米（国産）・もち米 豚ミンチ・人参・青ねぎ 干しいだけ・油・砂糖 みりん・しょうが・醤油・酒 オイスターソース・鶏がらスープ
21 木	鶏肉のあおさ焼 蒸さつま芋 ベーコンピーズ 麦入りごはん 味噌汁	砂糖・油 さつま芋 米（国産）・押麦	鶏肉 ●/▲ベーコン・大豆 赤味噌・白味噌	あおさのり 玉ねぎ・さやいんげん 大根・ほうれん草・しめじ	醤油・みりん チキンコンソメ・ケチャップ かつおだし	牛乳 ホットドッグ	▲牛乳 ▲ドッグパン 油・●ウイナー キャベツ・塩 ケチャップ
★ 22 金	白身魚のフリッター ブロッコリーサラダ かぶのスープ煮 ごはん クリームスープ オレンジかん	小麦粉・▲天ぷら粉・油 オリーブ油・砂糖 米（国産） 砂糖	ホキ・▲牛乳 ▲牛乳	ブロッコリー・きゅうり・コーン かぶ・人参 玉ねぎ・ドライパセリ 寒天・オレンジジュース	塩 穀物酢・醤油 チキンコンソメ ▲クリームシチューの素	牛乳 お誕生日ケーキ （バナナ）	▲牛乳 小麦粉・砂糖・●卵 ▲無塩バター・オリーブ油 バナナ・レモン果汁 ベーキングパウダー ▲ホイップクリーム
23 土	そばろ塩ラーメン きんぴらごぼう かぶのさっぱり和え	ラーメン・油・調合ごま油 油・砂糖 砂糖	豚ミンチ	玉ねぎ・赤パプリカ・もやし ・青ねぎ・にんにく ごぼう・人参 かぶ・きゅうり	醤油・鶏がらスープ・塩・みりん かつおだし・醤油・みりん・酒 穀物酢・醤油・みりん	牛乳 せんべい	▲牛乳 ぼたぼた焼
25 月	エビ玉 キャベツサラダ 炒めビーフン ごはん 味噌汁	油・片栗粉 油・砂糖 ビーフン・油 米（国産） 麴・里芋	●卵・エビ まぐろフレーク 赤味噌・白味噌	ニラ キャベツ・人参・水菜 玉ねぎ・ピーマン チンゲン菜	塩・鶏がらスープ 醤油・穀物酢 鶏がらスープ かつおだし	牛乳 昆布おにぎり	▲牛乳 米（国産） 塩昆布
26 火	冬野菜マーボー しらすとさつま芋の煮物 ごはん 中華スープ フルーツ（りんご）	油・砂糖・片栗粉 さつま芋・砂糖 米（国産） 春雨	豆腐・豚ミンチ・赤味噌 しらす干し	しょうが・にんにく・大根 ・人参・小松菜 干しいだけ・青ねぎ りんご	醤油・酒・鶏がらスープ かつおだし・醤油・酒 鶏がらスープ	牛乳 きなこパン	▲牛乳 ▲ロールパン 油・きな粉 砂糖
27 水	サケの煮付け ほうれん草と白菜のごま和え コーンポテト ごはん 味噌汁	砂糖 白ごま じゃが芋・▲バター 米（国産）	サケ ▲牛乳 うす揚げ・赤味噌・白味噌	しょうが ほうれん草・白菜・人参 コーン・パセリ もやし・わかめ	醤油・酒・かつおだし 醤油・みりん・かつおだし 塩 かつおだし	牛乳 れんこんもち	▲牛乳 れんこん・青ねぎ 豚肉・豆腐 白玉粉・砂糖 醤油・油
28 木	とり天ぷら カリフラワーと 胡瓜の梅風味和え 昆布イリチー 麦入りごはん 味噌汁	▲天ぷら粉・油 こんにゃく・油・砂糖 米（国産）・押麦	鶏肉 ちくわ 豆腐・赤味噌・白味噌	カリフラワー・きゅうり ・しそ練り梅 きざみ昆布・切干大根・人参 しめじ・青ねぎ	塩 醤油・みりん・かつおだし 醤油・みりん・かつおだし かつおだし	牛乳 野菜蒸しパン	▲牛乳 小麦粉・砂糖 野菜ジュース ベーキングパウダー



給食だより



寒い日が続いていますが、暦の上では『立春』を迎えます。『立春』は1年の始まりの日とされ、その前日に1年の厄払いとして『豆まき』が行われるようになりました。まいた豆は、年齢に1粒足して食べると厄払いになるといわれ、豆まきの後に食べる習慣が生まれました。年中行事のように変わらず伝えられていく食もあれば、日々変わっていく食もあります。昔と今の食の移り変わりをみながら、食を見直してみましよう。

昔



食べ物の移り変わりをみてみよう



今

主食 米を中心にした穀類

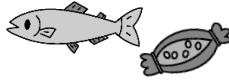


主菜・副菜

魚、大豆製品、野菜、海草などが主
◎ビタミンやミネラルが豊富

調味料

味噌、醤油、酢、だし類
(昆布、かつおぶし、煮干、椎茸など)
◎自然のうまみを凝縮



その他

地域独自の漬物や発酵食品が発達

主食 米だけでなくパンや麺の選択肢が増える

主菜・副菜

肉類、乳製品、卵などの量、回数が増える
◎たんぱく質、カルシウムが豊富



調味料

味噌や醤油だけでなく、ケチャップ
マヨネーズ・ソースなど、味の
バリエーションが豊かに



その他

流通や保存技術の向上で全国の食材はもちろん
外国の食材も手に入る

今の食の問題点

肉や油脂類の摂取量の増加↑ 米・味噌・野菜・魚の摂取量の減少↓

栄養バランスがくずれ、肥満の増加や生活習慣病（糖尿病・高血圧・脂質異常症）を引き起こす要因に

日本食を見直そう

< 食の楽しみを生む多様性 >

主食【米】

おかずのおいしさを引き立てる『飯』は和食や洋食、中華など様々な国の料理や調味料に合う！

< 形式 >

一汁三菜(ご飯+おかず3品+汁物)

いろいろなおかずを少しずつ摂る事で味を楽しむことができ、満腹感が生まれ、栄養のバランスUPにもつながる

< 調理法 >

『蒸す』、『煮る』、『焼き』が多く、油を使う『揚げる』『炒める』が少ない日本食は、油脂類の摂り過ぎを防ぐ！

< 旬の食材・郷土料理 >

旬に多く出回る食べ物は、新鮮で栄養が豊富！郷土料理は、こういった各地域の産物を上手に活用して、風土にあった料理として今も食べられている

食文化は時代によって変わります。昔ながらのものに今の生活環境にあったものを取り入れ、健康につながる食を伝えていきましょう。

みどり野保育園

協力 一富士フードサービス(株)

たべもの なぞなぞ

「かゆくないのに『かゆい』っていかぜのときに
いいたべもの 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>かゆ

★今月のレシピ★

れんこんもち

材料：幼児2人分

豚肉	10g
れんこん	30g
砂糖	1g
醤油	2g
サラダ油	適量
白玉粉	40g
絹ごし豆腐	40g
青ねぎ	10g
サラダ油	適量
醤油	少々

作り方

- ① 豚肉は1cm幅の細切りにする。
れんこんは粗みじんに切る。
青ねぎは小口切りにする。
- ② 豚肉・れんこんをサラダ油で炒め、A
で味を付ける。
- ③ 白玉粉に豆腐を加えてこね、耳たぶぐ
らいのやわらかさにする。
- ④ ③に①・青ねぎを加えてよく混ぜ、薄
い円盤型にする。
- ⑤ フライパンに油をしいて④を両面こ
んがり焼き、醤油をぬる。