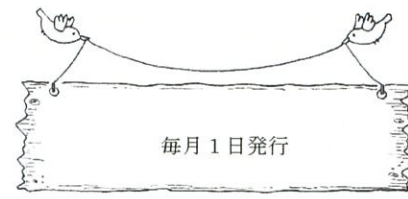




園だより



「みんなで命を守る」～いざという時のために～



<9月の聖句>

主において 常に喜びなさい

フィリピの信徒への手紙 4章 4節

紙おむつは便利なグッズ。いつもサラッと快適で、育児には欠かせないものの一つです。ですが子どもにとってはどうでしょう。そもそも赤ちゃんは、気持ちが悪いこと、お腹が空いたこと、眠たいこと、具合がすぐれないこと等々、不快なことを泣いて周囲に知らせます。いつもサラッと快適ならば「気持ちが悪い」というサインが赤ちゃんから失われます。つまり、赤ちゃん周囲とのコミュニケーションツールが一つ減るのです。さて神さまは私たちを愛してくださいますが、常時良いことばかりを与えてはくさいません。しかしそこが肝心。不快なことや心配事があれば誰かに伝えたり、助けを求めたりもします。だから人と人が繋がります。またその気持ちが晴れた時、改めて神さまのなせる業を感じ、喜びと感謝が生まれます。弱く困難で不安ばかりの時こそ神さまとのコミュニケーションツールの発動時。共におられる方を信じて祈り、日々を慈しみ、共感し合って、さらに喜びが溢れますように。 平田 敬子

<月主題>

- > 0歳児<あそぼう>お祈りやさんびかを真似ようとする。/興味が広がり、のびのびと身体を動かす。/保育者や友だちと空や雲を見て、風を感じたり、虫の声を聞いたりする。
- > 1・2歳児<おもしろそう>聖書のお話に触れ、親しむ。/保育者との関係が深まり、自分の思いを安心して出しながら遊ぶ。/季節の変化に気づき、花や虫、吹く風に興味を持つ。
- > 3歳児<のびのびと>暑い夏を守られたことを神さまに感謝する。/友だちと共にいる時間を喜び、じっくりと遊びをすすめる。/空や風、季節の変化を肌で感じ、体を動かす気持ち良さを感じる。
- > 4・5歳児<深める>一人ひとりに与えられている賜物に気づき感謝する。/遊びや活動を通し、友だちと互いの思いを聞き合いながらイメージを共有する。/夏から秋の自然を感じながら、心を開放し、気持ちよく体を動かす。

<さんびか> 『しゅイエスとともに』(ふくいんこどもさんびか 90) 『いつもよろこんでいなさい』(新生讃美歌446)

<おやつ音楽> 『夢と魔法のディズニーベストアルバム』

<行事>

日	月	火	水	木	金	土
1	2 月曜礼拝・避難訓練	3	4	5	6	7 出前育児講座
8	9 敬老の日礼拝	10 消防記念式典 (ほしぐみ)	11	12 体操教室①	13	14
15	16 祝日	17	18	19	20	21
22	23 祝日	24 誕生会	25	26 体操教室②	27	28
29	30 おたより配布	職員行事 14日(土) 浅生地区防災会議 26日(木) 職員会議 予告 10月5日(土) 運動会<全園児> 10月26日(土) 浅生ふれあいまつり<ほしぐみ>				

ナオミ愛児園では月に1度避難訓練をします。地震や火災の想定が大半ですが、高潮など様々な場面を想定して訓練を行います。

8月8日に日向灘を震源とする地震が起きました。職員のスマホが一斉に鳴りはじめ、園でも騒然とした状況に。それでも、慌てることなく一斉に机の下に潜り、しばらくの時をやり過ごす子どもの姿に、日頃からの訓練や備えの大切さを改めて知らされたことでした。

また、北九州市は南海トラフ地震防災対策推進地域に指定されていますので、今後も気を引き締めて訓練に励みます。

災害はいつ起こるか分かりません。緊急連絡先や携帯番号等の変更などありましたら、必ず職員までお声掛けくださいますようお願いいたします。

令和3年度からナオミ愛児園は、浅生地区「みんな de Bousai まちづくり推進事業」に参加しています。毎年数回浅生市民センターで防災について考え合い、実際に訓練も行います。

今年は「みんな de Bousai ワークラリー」を11月に行う予定。いざという時、地域との共助は欠かせませんから、しっかり連携して備えをしていきます。

9月1日は防災の日。9月は防災月間です。ご家庭でも日頃からの備えを十分にしてお過ごしください。



絵本の紹介～敬老の日を覚えて～

『だってだってのおばあさん』フレーベル館/佐野洋子作絵

『ぼくのおじいちゃんのかお』福音館書店/沼田早苗写真

元気に過ごそう

猛暑の疲れが出やすい時期、生活を整えましょう。

こどもの一日の睡眠時間は、昼寝も含み

1～2歳児で11～14時間、3～5歳児で10～13時間と言われます。

また朝ご飯は体を目覚めさせ、一日の活動の源を作ります。

しっかり眠ってしっかり食べて秋を元気に過ごしましょう。



10月5日(土)は運動会

全員対象ですが、園庭の広さや暑さも考慮し、昨年同様2部制で行います。昨年同様、第1部はひよこ・うさぎ・ひつじぐみで運動遊びごっことして、第2部はひかり・つき・ほしぐみで運動会として企画。人数制限はしない予定ですが、手狭な園庭ですから、敷物はご使用いただけません。ご了承ください。

詳細は後日お知らせいたします。是非ご予約ください。楽しいひとときを共に過ごしましょう。



令和6年度中期予定献立一覧表(9月分)

ナオミ愛児園

日	未満児 以上児		全 児		献立名	午 後 おやつ (※は手作り)	午前 おやつ	材 料 (分類: 六つの基礎食品)						栄養価		上段: 以上児 下段: 未満児									
	主食	献立	血や肉、骨のもと になるもの					体の調子を整える もとなるもの		熱や力のもとに なるもの		エネルギー Kcal	たんぱく 質g	脂質 g	カルシ ウム mg	鉄 mg	食塩 相当 量g	ビ タ ミ ン							
			1	2				3	4	5	6							A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg				
2月19日 木	パン	パン	ひじきハンバーグ トマト キャベツのスープ	牛乳 せんべい	牛乳	合挽肉 卵つなぎ	牛乳・干ひじき スキム粉・粉チーズ	トマト パセリ	玉葱 キャベツ スイートコーン	ロース・パン粉・醤油 キャベツ・スープの素 せんべい	サラダ油	397	18.8	18.1	274	1.6	1.6	115	0.32	0.44	21				
												496	21.5	20.9	326	1.3	1.9	123	0.3	0.49	17				
3月13日 金	ごはん	ごはん	パプリカと鶏肉の南蛮漬 えのきだけのスープ	固形ヨーグルト クラッカー	牛乳	鶏肉	牛乳 鉄強化ヨーグルト	パプリカ(赤) パプリカ(黄) ピーマン	玉葱 えのき茸 葱	米・上新粉・片栗粉・砂糖 醤油・みりん・酒・酢 スープの素・クラッカー	サラダ油	396	16.1	21	103	7.3	1.9	80	0.12	0.27	45				
												514	17.8	20.2	171	6.1	1.6	95	0.17	0.34	37				
4月4日 水	ごはん	ごはん	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とかにかまのドレッシング	牛乳 梨	牛乳	合挽肉 か風味かまぼこ	牛乳 スキム粉 ピザチーズ	人参 小松菜	玉葱・スイートコーン グリーンピース・梨	米・じゃがいも・卵・め スープの素	サラダ油 ゴマドレッシング	425	17.8	21	381	2.4	2.5	252	0.34	0.5	43				
												535	19.4	20	393	2.3	2	232	0.33	0.48	35				
5月20日 金	ごはん	ごはん	白身魚のいそべ揚げ きゅうりとにんじんのごま酢あえ	牛乳 おかき	牛乳	白身魚 かまぼこ 味噌	牛乳・青のり 干若布・煮干し	人参 チンゲンサイ	胡瓜	米・片栗粉・上新粉・酢 砂糖・醤油・おかき いちごジャム	サラダ油 すりごま	360	21.9	17.9	337	1.3	2	204	0.17	0.32	10				
												517	23	16.7	348	2	1.6	177	0.19	0.48	16				
6月18日 水	パン	パン	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 かりんとう	牛乳	豚肉 ゆで大豆	牛乳	人参 小松菜	玉葱 グリーンピース キャベツ	ロース・じゃがいも キャベツ・砂糖・卵・ソース スープの素・かりんとう	サラダ油	377	17.3	14	245	1.8	1.6	263	0.42	0.35	36				
												480	20.4	17.9	303	1.8	1.8	240	0.4	0.42	29				
7月21日 土	ごはん	ごはん	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参の春雨スープ	牛乳 ビスケット	牛乳	牛肉 味噌	牛乳 干若布	ピーマン 人参	キャベツ 玉葱 葱	米・酒・砂糖・春雨 スープの素・ビスケット	サラダ油 すりごま	385	15.1	18.8	291	1.1	1.3	174	0.17	0.37	25				
												505	17.1	18.5	322	1.2	1.1	171	0.2	0.42	21				
9月	パン	パン	レバーボール・トマト・胡瓜もみ わかめスープ	牛乳 あられ おやついりこ	牛乳	鶏レバー 味噌 卵つなぎ	牛乳・スキム粉 干若布 おやついりこ	人参 ピーマン トマト	玉葱 胡瓜 葱	ロース・小豆粉・スープの素 キャベツ・砂糖・卵・ソース スープの素・かりんとう	ピーナッツ サラダ油	383	19.8	17.5	269	4.7	1.8	5830	0.3	1.06	28				
												487	22.5	20.7	321	3.9	2	4694	0.29	0.97	23				
10月26日 木	ごはん	ごはん	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	牛乳	白身魚・味噌 竹輪・豆腐	牛乳 煮干し だし昆布	人参	生姜・キャベツ・胡瓜 えのき茸・玉葱・葱	米・砂糖・醤油・酒・酢 みりん・鉄強化ウエハース クッキー	ごま	352	22.5	14.9	485	3.6	1.6	130	0.61	0.77	13				
												477	22.7	15.4	478	2.9	1.3	134	0.54	0.72	11				
11月	ごはん	ごはん	厚揚げの中華風煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 ビスケット	牛乳	厚揚げ・豚肉 油揚・味噌	牛乳 煮干し	人参 さやいんげん 南瓜	玉葱・たけのこ キャベツ・葱	米・砂糖・醤油・スープの素 酢・ビスケット	サラダ油 ごま油	397	20.1	16.8	424	3.2	1.4	264	0.3	0.38	35				
												514	21	16.6	428	2.9	1.3	242	0.3	0.41	29				
12月	パン	パン	月見うどん バナナ	牛乳 丸ボーロ *豆餡入り白玉団子	牛乳	鶏肉・かまぼこ 豆腐・黄粉 全卵	牛乳 煮干し だし昆布	人参 ほうれんそう	バナナ	乾めん・砂糖・醤油・酒 丸ボーロ・白玉粉	サラダ油	516	23.5	14.6	296	2.6	2	235	0.22	0.48	18				
												470	21.8	15	331	1.8	1.9	258	0.21	0.55	16				
14月28日 土	パン	パン	肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	牛乳	鶏ひき肉 赤味噌 全卵	牛乳	トマト	胡瓜・もやし・生姜 バナナ	乾めん・砂糖・醤油・スープの素 サブレ	サラダ油	456	17.2	14.5	209	1.6	1.8	115	0.19	0.42	20				
												464	18.4	15.9	262	1.5	1.8	133	0.2	0.49	19				
17月27日 金	ごはん	ごはん	ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 丸ボーロ	牛乳	牛肉	牛乳 干ひじき	人参	玉葱・グリーンピース キャベツ・胡瓜	米・小麦粉・スープの素 キャベツ・砂糖・卵・ソース 卵・ソース・醤油・酢・丸ボーロ	バター ごま油	385	13.8	18.2	218	1.1	1.6	182	0.18	0.34	21				
												506	16	18	264	0.8	1.3	177	0.22	0.39	18				
25月	ごはん	ごはん	凍豆腐の卵とじ なすと玉ねぎのみそ汁	牛乳 *ジャムサンド	牛乳	凍豆腐 鶏ひき肉 味噌・全卵	牛乳 煮干し	人参 ピーマン	干椎茸・茄子・玉葱 葱	米・じゃがいも・砂糖 醤油・酒・食パン いちごジャム	サラダ油	405	22.8	16.6	326	2.3	1.9	183	0.17	0.45	18				
												517	23	16.7	348	2	1.6	177	0.19	0.48	16				
30月	ごはん	ごはん	厚揚げの中華風煮 かぼちゃのみそ汁	牛乳 *黒糖もち	牛乳	厚揚げ・豚肉 油揚・味噌 黄粉	牛乳 煮干し	人参 さやいんげん 南瓜	玉葱・たけのこ キャベツ・葱	米・砂糖・醤油・スープの素 酢・片栗粉・黒砂糖	サラダ油 ごま油	397	20.1	16.8	424	3.2	1.4	264	0.3	0.38	35				
												514	21	16.6	428	2.9	1.3	242	0.3	0.41	29				
誕生24日 火	ゼリー	ゼリー	バターコーン炊き込みごはん・魚のから揚げ トマトときゅうりのサラダ わかめのすまし汁・オレンジ	牛乳	牛乳	ウインナー 白身魚	牛乳・干若布 煮干し・だし昆布	パセリ トマト 人参	スイートコーン・胡瓜・葱 パセリ	米・醤油・みりん スープの素・片栗粉・上新粉 酢・ゼリー	バター サラダ油	492	21.9	12.1	95	1.5	2	85	0.27	0.22	74				
												459	20.2	12.6	164	1.1	1.6	96	0.25	0.28	66				
<p>9月は北九州市の減塩普及月間です。市内の子どもの塩分摂取量は、全国平均の約2倍近くみられます。塩分の取りすぎは、大人も子どもも関係なく、高血圧症を発症する恐れがあるので、注意が必要です。よく食べる既製品は、裏面の成分表を確認し、塩分の少ない物を選ぶところから「減塩」を始めてみましょう！</p> <p>*献立を確認の際、家庭で食べたことのない食材は、給食で食べる前に、家庭で試食を2〜3回程度行ってください。</p> <p>*ひかり・つき・ほし組は、土曜や種類の日などにも主食(パン・ごはん)が必要です。</p> <p>*献立表についての不明な点や、気になる献立レシピについてご質問等ございましたら、お気軽にお尋ねください。</p>												以上児	基準量	400	15	12	26	18	270	2.1	1.6	225	0.28	0.35	20
												以上児	平均栄養価	400	19.1	17.2	302	2.7	1.8	438	0.28	0.46	26		
												未満児	基準量	480	23	16	200	2.3	1.5	200	0.25	0.3	20		
												未満児	平均栄養価	497	20.5	18	335	2.4	1.7	383	0.28	0.49	22		

