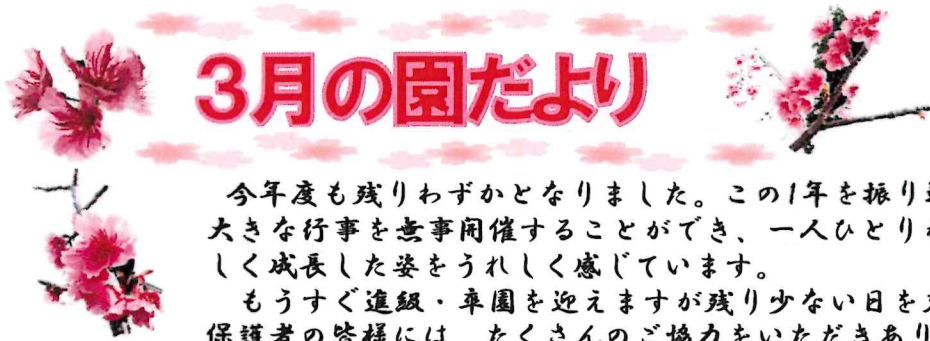




今年度も残りわずかとなりました。この1年を振り返り、運動会、生活発表会と園の大きな行事を無事開催することができ、一人ひとりが自分のペースで大きく、たくましく成長した姿をうれしく感じています。

もうすぐ進級・卒園を迎えますが残り少ない日を充実して過ごせたらと思います。保護者の皆様には、たくさんのご協力をいただきありがとうございました。

今月のねらい

- 一歳児のクラスに足を運び部屋の環境に慣れたり、進級に向けて期待を持つ。
- 保育者に見守られながら自分の身の回りのことができるようになる
- 進級することに期待を持ち、身の回りの事が自分で出来るようになる。
- 友達と遊んだり話したりすることを楽しみ、一緒に活動しようとする
- 遊びの中で友達の気持ちに気づき、自分の気持ちを伝えながら一緒に遊びを楽しむ。
- 就学に向けて期待を持ちながら、最後の園生活を思いきり楽しむ。

今月のうた

うれしい
ひなまつり



春がきた



今月の予定

月	火	水	木	金	土
					1
3	4	5	6	7	8
空手	ひな祭り会	体育	避難訓練	和太鼓	
10	11	12	13	14	15
空手		体育	誕生会	保護者役員会	
17	18	19	20	21	22
空手		体育	春分の日		卒園式 園内研修(午後)
24	25	26	27	28	29
空手		体育		修了式	新年度準備 (弁当持参)
31					
新年度準備 (弁当会)					

< 2歳になります >

- 10日
- 11日
- 30日
- 9日
- 20日
- 20日

< 3歳になります >

- 10日

< 4歳になります >

- 6日
- 26日

< 5歳になります >

- 1日
- 2日
- 3日
- 6日
- 11日

< 6歳になります >

- 4日
- 8日

お知らせとお願い

- 29日(土)、31日(月) 新年度準備のため、家庭保育ができるご家庭はご協力をお願いします。両日登園の際は、**弁当持参での登園**になりますので宜しくお願い致します。
- 3月22日(土)は、令和6年度5歳児卒園式です。卒園児ご家族の参加となります。
※在園児は通常保育となります。

午後は、園内職員研修になっていますので家庭保育協力よろしくをお願いします。

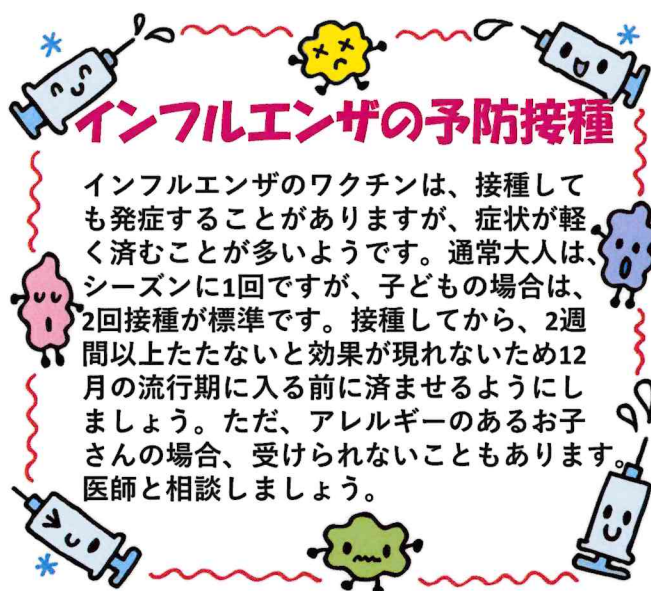
- 令和7年4月1日(火)入園式になっています。(新入園児のみの参加)
- R6保護者役員はじめ、全保護者の皆様1年間ご協力ありがとうございました。



3月のほけんだより

あゆみ保育園
2025年3月発行

1年も終わりに近づきました3月もまだまだ感染予防は必要です。
うがい・消毒・換気等、今後も気を引き締めて過ごしていきたいと
思います。残りの園生活が元気に過ごし、みんな元気に新年度を迎
えられるよう、最後のひと月、大切に過ごしましょう。



インフルエンザの予防接種

インフルエンザのワクチンは、接種して
も発症することがありますが、症状が軽
く済むことが多いようです。通常大人は、
シーズンに1回ですが、子どもの場合は、
2回接種が標準です。接種してから、2週
間以上たないと効果が現れないため12
月の流行期に入る前に済ませるようにし
ましょう。ただ、アレルギーのあるお子
さんの場合、受けられないこともあります。
医師と相談しましょう。

進級を控えて 気持ちが不安定になる時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが
「1つ大きくなる」という喜びでい
っぱいな時期です。ただ、中には大
人の期待を過剰に受け止めて、気持
ちが不安定になる子どももいます。
今までなかったのに、急に次のよう
な様子が見られたら、何かストレス
を感じていることがないかどうか、
注意してみてください。



- ・目をぱちぱちさせる
- ・せきばらいをする
- ・肩をぴくっと動かす など

2月の感染症

流行性結膜炎…4名
おたふくかぜ…1名
胃腸炎…1名



耳を健康に！

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因に
なることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

耳をつめでひっかいたり
強く引っばつたりしない



耳あかかたまっていないか、
こまめにチェック



鼻をかむときは、
片方ずつしずかに



耳のそばで、大きな
音や声を出さない



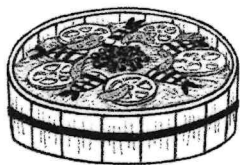
給食だより

2025年 3月

寒さが和らぎ、春の訪れを感じるようになりました。心も体も大きく成長した子どもたち。まもなく卒園、進級を迎えます。給食の時間をみんなで楽しみながら、残りひと月を元気に過ごしましょう。

ひな祭りの行事食

3月3日は「ひな祭り」。別名「桃の節句」「上巳(じょうし)の節句」と呼ばれる女の子の節句で、ひな人形を飾って子どもの健やかな成長と幸せを願う行事です。ひな祭りの行事食として「ちらし寿司」「はまぐりの潮汁」「菱餅」「ひなあられ」があり、それぞれに意味があります。



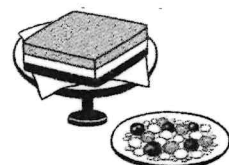
ちらし寿司

先の見通しがよくなるれんこん、腰が曲がるほどの長寿を象徴するえび、黄身と白身で金銀の財宝を表す錦糸卵など、縁起のよい食材が彩りよく使われています



はまぐりの潮汁

はまぐりは二枚貝で対の貝殻しか組み合わないことから、将来良縁に恵まれ、夫婦円満に暮らせるようにとの願いが込められています



菱餅・ひなあられ

桃色、白色、緑色のパステルカラーで春の訪れを表しています。桃色は「魔除け」、白は「清浄」、緑は「健康」の願いが込められています

「いただきます」「ごちそうさま」

「いただきます」という言葉は、料理を作ってくれた人、食材を販売している人、流通にかかわる人、生産者への感謝と、食材そのものの命をいただくことへの感謝の気持ちを表す言葉です。

「ごちそうさま」という言葉に含まれる「馳走(ちそう)」という言葉には、馬を駆って走らせるという意味があります。食事を用意するために走り回り、もてなしたことに対するお礼の言葉が「ごちそうさま」なのです。

たくさんの人がかわり、食卓に食事が並んでいるということに感謝の気持ちを表すために「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを欠かさないようにしましょう。

ごちそうさまー！



3月

予定献立表

あゆみ保育園

管理栄養士 上原 育代

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1	土	肉うどん ブロッコリーサラダ 果物	豚肉 ベーコン 牛乳	うどん 油 片栗粉 マヨネーズ 米	玉葱 人参 キャベツ 乾しいたけ ねぎ ブロッコリー コーン缶 マッシュルーム缶 パナナ	保育乳 梅おにぎり	
3	月	もずく丼 ほうれん草のツナ和え じゃが芋みそ汁 果物	豚ひき肉 ツナ缶 牛乳	米 砂糖 片栗粉 ごま じゃが芋 小麦粉 油	もずく しょうが ビーマン ほうれん草 人参 玉葱 ねぎ りんご	保育乳 チョコクリームサンド	
4	火	(ひなまつり) ちらし寿司 鶏肉みそ焼き ブロッコリーおかか和 え そうめん汁 果物	油揚げ 鶏肉 ヨーグルト 牛乳	米 油 砂糖 そうめん 小麦粉	人参 れんこん たけのこ 乾しいたけ のり ブロッコリー ねぎ りんご	ゼリー ビスコ	
5	水	沖縄そば 小松菜じゃこ和え かぼちゃの煮物 果物	豚肉 かまぼこ しらす 豆乳	沖縄そば 砂糖 米	ねぎ 小松菜 もやし 人参 かぼちゃ パナナ	豆乳 わかめおにぎり	
6	木	強化あわごはん きびなごカレー揚げ クーブイリチー 冬瓜と小松菜のみそ 汁 果物	きびなご 豚肉 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 バター ホットケーキMix	昆布 乾しいたけ 人参 こんにやく 冬瓜 小松菜 パナナ	保育乳 人参ホットケーキ	
7	金	雑穀ごはん 厚揚げの煮付け 三色きんぴらごぼう イナムドゥチ 果物	豆腐 豚肉 かまぼこ 牛乳	米 雑穀 片栗粉 油 ごま 砂糖 じゃが芋	ごぼう 人参 ビーマン 乾しいたけ こんにやく ねぎ 玉葱 オレンジ	保育乳 ハッシュポテト	
8	土	ケチャップライス うまっコリー わかめスープ 果物	鶏肉 豆腐 牛乳	米 油 マヨネーズ ごま	人参 玉葱 ビーマン コーン缶 マッシュルーム缶 ブロッコリー コーン缶 わかめ パナナ	保育乳 クリームチーズサンド	
10	月	強化玄米ごはん 鮭のキャロット焼き 白菜うま煮 ゆし豆腐 果物	さけ 豚肉 ゆし豆腐 牛乳	米 玄米 油 片栗粉 マヨネーズ さつま芋	人参 玉葱 白菜 チンゲン菜 ねぎ オレンジ	保育乳 焼芋	
11	火	チキンカレー 切干大根サラダ えのきスープ 果物	鶏肉 油揚げ 豆腐 牛乳	米 押麦 じゃが芋 油 小麦粉 ごま 黒糖 強力粉	人参 玉葱 ブロッコリー セロリ マッシュルーム缶 切干大根 胡瓜 えのき ねぎ オレンジ	保育乳 黒糖アガラサー	
12	水	あわごはん 鶏肉さっぱり煮 ブロッコリーマヨネーズ炒め 白菜コーンスープ 果物	鶏肉 ツナ缶 ベーコン 牛乳	米 あわ 油 砂糖 じゃが芋 マヨネーズ そうめん	ブロッコリー 人参 コーン缶 白菜 キャベツ ねぎ オレンジ	保育乳 ショートブレッド	
13	木	(お誕生会)ゆかりごはん 豆腐ハン バーグ ブロッコリー ポテトサラダ 白菜スープ ヨーグルト	豚ひき肉 豆腐 ベーコン 卵 ヨーグルト 牛乳	米 あわ 卵粉 片栗粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 ホットケーキMix	ひじき 玉葱 ブロッコリー 人参 胡瓜 白菜	保育乳 誕生ケーキ	
14	金	強化玄米ごはん さばのバーベ キューソース焼き 糸こんにやく野菜 炒め 豆腐みそ汁 果物	さば 豚肉 豆腐 牛乳	米 玄米 砂糖 油 パン バター	キャベツ 人参 玉葱 白滝 ビーマン わかめ ねぎ パナナ	保育乳 黒糖トースト	
15	土	ソース焼きそば 胡瓜梅あえ ゆし豆腐 果物	豚肉 ゆし豆腐 鮭 牛乳	焼きそば 油 米	人参 玉葱 キャベツ ビーマン 胡瓜 ねぎ パナナ	保育乳 鮭おにぎり	
17	月	強化あわごはん 大根と豚肉のみそ煮 納豆和え かき玉汁 果物	豚肉 納豆 卵 脱脂粉乳	米 あわ 油 砂糖 片栗粉 小麦粉 ホットケーキMix	大根 人参 ブロッコリー 小松菜 えのき ねぎ オレンジ	保育乳 小倉ホットケーキ	
18	火	ミートスパゲッティ チーズ ブロッコリーのおかか和え アーサ汁 果物	豚ひき肉 チーズ 豆腐 牛乳	スパゲッティ 油 米	人参 玉葱 トマト缶 ビーマン マッシュルーム缶 ブロッコリー あおさ セロリ パナナ	保育乳 ゆかりおにぎり	
19	水	強化玄米ごはん さばのレモンソース ひじきの煮物 白菜の豚汁 果物	さば ちくわ 油揚げ 豚肉 牛乳	米 玄米 片栗粉 砂糖 油 バター	ひじき 人参 こんにやく にら 玉葱 白菜 ねぎ さつま芋 りんご	保育乳 スイートポテト	
20	木	春 分 の 日 (休 園)					
21	金	スープかけごはん 鮭の甘酢焼き ブロッコリーサラダ 果物	豚肉 さば ベーコン 牛乳	米 砂糖 片栗粉 マヨネーズ パン	人参 小松菜 ブロッコリー コーン缶 マッシュルーム缶 パナナ	保育乳 ココア揚げパン	
22	土	豚丼 カリカリ胡瓜 豆腐とワカメのみそ汁 果物	豚肉 豆腐 牛乳	米 砂糖 油	人参 玉葱 白滝 しめじ 胡瓜 わかめ ねぎ パナナ	保育乳 ビスケット	
24	月	強化あわごはん 肉豆腐 納豆きゅうり和え ワカメのみそ汁 果物	豚肉 豆腐 納豆 牛乳 きな粉	米 あわ 砂糖 油 ふ 芋くず	白菜 人参 玉葱 えのき ほうれん草 胡瓜 わかめ オレンジ	保育乳 くずもち	
25	火	強化あわごはん 酢豚 からしな和え 春雨スープ 果物	豚肉 豆腐 ツナ缶 牛乳	米 あわ じゃが芋 砂糖 油 片栗粉 春雨 小麦粉 コーンフレーク	人参 玉葱 たけのこ ビーマン 乾しいたけ バイン缶 からしな 白菜 わかめ パナナ	保育乳 コーンフレークおこし	
26	水	強化あわごはん タンドリーチキン 白菜春雨炒め 大根みそ汁 果物	鶏肉 ヨーグルト 油揚げ 牛乳	米 あわ 油 春雨 砂糖 きな粉 バター パン	にんにく しょうが 白菜 人参 ビーマン 大根 わかめ ねぎ りんご	保育乳 きなこクリームサンド	
27	木	あわごはん 豚肉洋風照り焼き ゴボウサラダ ワカメスープ 果物	豚肉 ツナ缶 牛乳	米 あわ 油 砂糖 ホットケーキMix バター ふ	ごぼう 人参 胡瓜 わかめ にんにく オレンジ	保育乳 ココアホットケーキ	
28	金	黒米ごはん さばのカレー焼き 筑前煮 アーサ汁 果物	さば 鶏肉 豆腐 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 じゃが芋 砂糖 小麦粉	人参 れんこん たけのこ ごぼう 乾しいたけ こんにやく いんげん あおさ パナナ	保育乳 チョコマフィン	
29	土	新年度準備(お弁当持参)					保育乳 ビスケット
31	月	お弁当会(新年度準備)					保育乳 ロールパン

★献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

★アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。