



9月園だより



チャイルドスクエア浜松花川 令和2年9月吉日

セミの声がコオロギの声に変わり、季節はどんどんと秋に近づいてきました。今年の夏はコロナ対策として、プールは出さずに水遊びにしました。色んなイベントや行事が中止になる中、職員は子どもたちに“夏を楽しんでもらいたい”という思いで、遊戯室で花火大会とお化け屋敷を作りました。花火大会では、真っ暗な部屋の中にカラフルで可愛い花火があがりました。幻想的でドラマティックな花火の雰囲気を楽しみました。お化け屋敷では、“怖いけど、見たい。見たいけど、怖い”というお化け屋敷ならではのドキドキ感を子どもたちは楽しんでいるようでした。今年は、日本ならではの納涼を保育園にしながら満喫することができたと思います。コロナはマイナスのことだけではなく、コロナがあったから職員は発想力豊かに考え、みんなで協力して楽しいイベントが開催できました。これからは、芸術の秋・食欲の秋・運動の秋です。どんな楽しい事が始まるのかワクワクします。

園長 北野 奈々子



花川菜園



夏野菜が終わり、次の花川菜園では何の野菜を育てるかを検討中です。人参、大根、玉葱などを種から育ててみようかと考えています。

9月の行事予定

- 21日(月) 敬老の日・祝日
- 22日(火) 秋分の日・祝日
- 25日(金) 避難訓練

10月の行事予定

- 5日(月)～9日(金) 運動ウィーク
- 23日(金) 避難訓練

9月生まれのお友だち



3さい



4さい



4さい



5さい



6さい



○お願い○

玄関の自動ドアの開閉は保護者の方が押してくださいませようお願い致します。今までは、子どもたちが押していたこともございました。しかし、子どもが押して一人で飛び出してしまう危険性を考え、保護者の方が押すことをお約束とさせていただきます。子どもたちへは担当



からもお伝えしますが、保護者の皆様からもお伝えしていただきますよう、ご協力をお願い致します。

運動会について

今年の運動会は中止となりましたが、平日の数日間“運動ウィーク”として保育園の活動の中で、身体を動かすことを楽しんでいきたいと思っております。詳細は追ってご連絡いたします。



まだまだ残暑が続きますが、幾分過ごしやすい日が増えてきました。保育園では元気いっぱい水遊びをして夏を過ごしました。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

7



防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する



虫刺され対策をお願いします

水遊びが終わると、戸外遊びが中心となります。保育園周辺や花川公園など、たくさん散歩へ行きたいと思えます。戸外では虫刺されの心配がありますのでご家庭で虫刺され対策のご協力をお願い致します。

対策例

- ・朝、虫よけスプレーをする ・長袖、長ズボンにする
- ・虫よけシールを洋服にはる（シールには記名をお願いします）

ご不明な点は、担任までお問合せください。

生活リズムを整える

かぜを引きにくい健康な体をつくるには、毎日の生活リズムを整える事が大切です。起床、就寝、食事の時間を決めて、習慣付けていけるといいですね。コロナ感染の予防のためにも発熱や体調が優れない時にはお休みをお願いします。





～R2.9月～

チャイルドスクエア浜松花川

まだまだ残暑が厳しい日が続きますが、朝夕の風は秋の気配を感じさせるようになりました。8月は猛暑日が続き、浜松市では3回の食中毒警報が発令されました。実は年間で一番食中毒が発生しやすい時期は9月から10月です。夏バテして体力が落ち、免疫力が低下しているところに、大きな気温の変化も加わり体調を崩しやすい事も一因しています。疲労の回復をしっかりとって体調を整え、予防に努めましょう。



☆食中毒予防3原則☆



① つけない=洗う・分ける

十分な手洗いをしましょう。調理器具を使い分けましょう。

② 増やさない=低温で保存する

10℃以下では増殖がゆっくりとなり、15℃以下では増殖が停止します。

③ やっつける=加熱処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、特に肉や魚は中心部を十分に加熱することが大事です。



菌が付いた食品を食べると、2日から7日くらいで発熱や激しい腹痛、水溶性の下痢、血便、吐き気、嘔吐などの症状が現れます。特に抵抗力の弱い子どもや高齢者は重い症状になりやすく、注意が必要です。

〈キャベツちぎり、しめじちぎり、玉葱皮むき〉

キャベツちぎりのレベルが毎回上がっていて、あっという間にちょうどいい大きさにして調理室に持って来てくれます。お手伝いしてくれた野菜は、よりおいしい給食となってみんなの前へ♪いつもより食が進みます☆



納豆嫌いな子でも食べやすい♪
この日はみんな
ご飯茶碗からピカピカに☆

〈納豆混ぜご飯〉

(4人分)

材料

ひきわり納豆…60g
葉ねぎ…適量
豚ひき肉…75g
みそ…小さじ1と1/2

④ 砂糖…小さじ1
しょうゆ…小さじ2
ご飯4杯分

作り方

- ① フライパンで豚ひき肉を炒める。
- ② ほぐしながら焼き、火が通ったら④の調味料を入れ、火を止める。小口切りにしたねぎ、ひきわり納豆を加えて混ぜる。
- ③ ごはんに混ぜる。





令和2年9月 献立表



チャイルドスクエア浜松花川

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	
		朝おやつ (未満児のみ)	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	以上児	未満児
1・15	火	麦茶 クッキー	ごはん 魚のエスカベージュ かぼちゃのそぼろ煮 チンゲン菜のスープ	牛乳 にんじんケーキ 果物(ぶどう)	白身魚 ぶたひき肉 牛乳 豆乳	米 片栗粉 なたね油 砂糖 ごま油 上新粉	たまねぎ トマト ピーマン かぼちゃ さやいんげん チンゲンサイ 人参 干しいたけ 野菜ジュース ぶどう	エネルギー: 586kcal タンパク: 23.1g 脂質: 14.5g	エネルギー: 510kcal タンパク: 18.9g 脂質: 12.5g
2・16・30	水	麦茶 煮干し	ごはん 鶏の照り焼き ポテトサラダ 大根の味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト クラッカー	鶏もも ロースハム 油揚げ みそ 牛乳 ヨーグルト	米 じゃがいも マヨネーズ クラッカー	にんじん コーン きゅうり だいこん 葉ねぎ バナナ みかん缶 りんご	エネルギー: 578kcal タンパク: 21.2g 脂質: 21.1g	エネルギー: 487kcal タンパク: 21.7g 脂質: 17.2g
3・17	木	麦茶 せんべい	ごはん なすとピーマンの味噌煮 キャベツのツナサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 果物(バナナ) 煮干しのかりんとう チーズ	豚肩 みそ まぐろ 豆腐 牛乳 いりこ チーズ	米 なたね油 砂糖 ごま 黒砂糖	なす ピーマン 赤ピーマン キャベツ にんじん たまねぎ わかめ バナナ	エネルギー: 525kcal タンパク: 24.7g 脂質: 18.3g	エネルギー: 459kcal タンパク: 20.3g 脂質: 14.5g
4・18	金	麦茶 クッキー	ごはん いり豆腐 小松菜としらすのサラダ えのき茸の味噌汁	牛乳 さつまいもプリン 果物(なし)	豆腐 ぶたひき肉 ちりめんじゃこ みそ 牛乳	米 砂糖 なたね油 片栗粉 ごま油 さつまいも 豆乳	たまねぎ にんじん 干しいたけ 葉ねぎ こまつな キャベツ えのきたけ わかめ 寒天 なし	エネルギー: 547kcal タンパク: 22.6g 脂質: 17.9g	エネルギー: 482kcal タンパク: 18.9g 脂質: 15.3g
5・19	土	麦茶 せんべい	ハヤシライス きゅうりのツナサラダ	豆乳 米粉のホットケーキ 果物(バナナ)	豚肩 まぐろ	米 じゃがいも マヨネーズ 豆乳 米粉HM	たまねぎ にんじん きゅうり バナナ	エネルギー: 562kcal タンパク: 17.5g 脂質: 20.5g	エネルギー: 486kcal タンパク: 14.8g 脂質: 16.4g
7	月	麦茶 せんべい	ピピンバ丼 さつまいもと豚肉の炒め煮 キャベツの味噌汁	牛乳 もっちりあずき 果物(ぶどう)	ぶたひき肉 豆腐 豚肩 みそ 牛乳 あずき	米 なたね油 砂糖 ごま油 ごま さつまいも 上新粉 豆乳	しょうが にんにく 根深ねぎ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ キャベツ 葉ねぎ ぶどう	エネルギー: 588kcal タンパク: 20.3g 脂質: 17.9g	エネルギー: 510kcal タンパク: 17g 脂質: 14.3g
8・29	火	麦茶 クッキー	鶏めし 鮭の塩焼き 三色ごま野菜 なめこの味噌汁	牛乳 さつまいものガレット 果物(かき)	鶏もも さけ みそ 牛乳 チーズ 卵	米 ごま 砂糖 さつまいも 薄力粉 バター	干しいたけ ごぼう にんじん キャベツ こまつな わかめ たまねぎ なめこ かき	エネルギー: 570kcal タンパク: 27.2g 脂質: 18.8g	エネルギー: 500kcal タンパク: 22.4g 脂質: 15.9g
9	水	麦茶 煮干し	ごはん マーボーナス 切干大根のサラダ レタススープ	牛乳 きな粉クッキー 果物(バナナ)	ぶたひき肉 みそ ロースハム 牛乳 きなこ 脱脂粉乳 卵	米 なたね油 片栗粉 砂糖 ごま油 薄力粉 バター	なす にんにく しょうが にんじん 根深ねぎ 切干大根 キャベツ きゅうり レタス たまねぎ バナナ	エネルギー: 600kcal タンパク: 20g 脂質: 20.2g	エネルギー: 505kcal タンパク: 20.8g 脂質: 16.3g
10・24	木	麦茶 せんべい	ハムサンド コーンシチュー ブロッコリー	牛乳 五平餅 果物(りんご)	ロースハム 鶏もも 牛乳 みそ	食パン マヨネーズ じゃがいも ごま 砂糖 米	コーン にんじん たまねぎ ブロッコリー りんご	エネルギー: 563kcal タンパク: 21.7g 脂質: 18.7g	エネルギー: 489kcal タンパク: 18.1g 脂質: 14.8g
11・25	金	麦茶 クッキー	ごはん 厚揚げとひき肉の中華炒め キャベツとコーンのおかか和え えのき茸の味噌汁	牛乳 チーズ入りパン 果物(オレンジ)	ぶたひき肉 厚揚げ かつお節 みそ 牛乳 ヨーグルト チーズ	米 なたね油 片栗粉 砂糖 強力粉	しょうが もやし にんじん 根深ねぎ ピーマン キャベツ コーン たまねぎ えのきたけ わかめ オレンジ	エネルギー: 601kcal タンパク: 23.6g 脂質: 19.5g	エネルギー: 526kcal タンパク: 19.7g 脂質: 16.7g
12・26	土	麦茶 せんべい	ごはん 野菜炒め 豚汁	豆乳 マカロニ安倍川 果物(バナナ)	ベーコン みそ 豆腐 豚肩 きなこ	米 なたね油 じゃがいも 豆乳 砂糖 米粉マカロニ	キャベツ にんじん たまねぎ コーン しいたけ バナナ	エネルギー: 534kcal タンパク: 19.4g 脂質: 18.2g	エネルギー: 465kcal タンパク: 16.5g 脂質: 14.6g
14・28	月	麦茶 せんべい	ごはん 肉団子の甘辛煮 ごぼうサラダ ほうれん草の味噌汁	牛乳 ヨーグルトポムポム	ぶたひき肉 豆腐 油揚げ みそ 牛乳 卵 ヨーグルト	米 片栗粉 砂糖 ごま マヨネーズ 薄力粉 バター	にんじん たまねぎ ごぼう ほうれんそう りんご	エネルギー: 558kcal タンパク: 18.3g 脂質: 17.2g	エネルギー: 489kcal タンパク: 15.3g 脂質: 13.7g
23	水	麦茶 煮干し	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 切干大根の煮物 野菜スープ	牛乳 きな粉クッキー 果物(かき)	白身魚 竹輪 ベーコン 牛乳 きなこ 脱脂粉乳 卵	米 マヨネーズ 砂糖 なたね油 じゃがいも 薄力粉 バター	たまねぎ コーン 切干大根 にんじん 干しいたけ キャベツ かき	エネルギー: 579kcal タンパク: 23.4g 脂質: 17.9g	エネルギー: 487kcal タンパク: 23.4g 脂質: 14.4g

乳・卵・小麦 除去



令和2年9月 献立表



チャイルドスクエア浜松花川

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	
		朝おやつ (未満児のみ)	昼食	昼おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	以上児	未満児
1-15	火	麦茶 クッキー	ごはん 魚のエスカベージュ かぼちゃのそぼろ煮 チンゲン菜のスープ	牛乳→豆乳 にんじんケーキ 果物(ぶどう)	白身魚 ぶたひき肉 牛乳 豆乳	米 片栗粉 なたね油 砂糖 ごま油 上新粉	たまねぎ トマト ピーマン かぼちゃ さやいんげん チンゲンサイ 人参 干しいたけ 野菜ジュース ぶどう	エネルギー: 586kcal タンパク: 23.1g 脂質: 14.5g	エネルギー: 510kcal タンパク: 18.9g 脂質: 12.5g
2-16-30	水	麦茶 煮干し	ごはん 鶏の照り焼き ポテトサラダ 大根の味噌汁	牛乳→豆乳 フルーツヨーグルト →フルーツポンチ	鶏もも ロースハム 油揚げ みそ 牛乳 ヨーグルト	米 じゃがいも マヨネーズ クラッカー	にんじん コーン きゅうり だいこん 葉ねぎ パナナ みかん缶 りんご	エネルギー: 578kcal タンパク: 21.2g 脂質: 21.1g	エネルギー: 487kcal タンパク: 21.7g 脂質: 17.2g
3-17	木	麦茶 せんべい	ごはん なすとピーマンの味噌煮 キャ ベツのツナサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳 果物(バナナ) 煮干しのかりんとう →豆乳 チーズ→せんべい	豚肩 みそ まぐろ 豆腐 牛乳 いらこ チーズ	米 なたね油 砂糖 ごま 黒砂糖	なす ピーマン 赤ピーマン キャベツ にんじん たまねぎ わかめ パナナ	エネルギー: 525kcal タンパク: 24.7g 脂質: 18.3g	エネルギー: 459kcal タンパク: 20.3g 脂質: 14.5g
4-18	金	麦茶 クッキー	ごはん いら豆腐 小松菜としらすのサラダ えのき茸の味噌汁	牛乳→豆乳 さつま芋プリン 果物(なし)	豆腐 ぶたひき肉 ちりめんじゃこ みそ 牛乳	米 砂糖 なたね油 片栗粉 ごま油 さつまいも 豆乳	たまねぎ にんじん 干しいたけ 葉ねぎ こまつな キャベツ えのきたけ わかめ 寒天 なし	エネルギー: 547kcal タンパク: 22.6g 脂質: 17.9g	エネルギー: 482kcal タンパク: 18.9g 脂質: 15.3g
5-19	土	麦茶 せんべい	ハヤシライス きゅうりのツナサラダ	豆乳 米粉のホットケーキ 果物(バナナ)	豚肩 まぐろ	米 じゃがいも マヨネーズ 豆乳 米粉HM	たまねぎ にんじん きゅうり パナナ	エネルギー: 562kcal タンパク: 17.5g 脂質: 20.5g	エネルギー: 486kcal タンパク: 14.8g 脂質: 16.4g
7	月	麦茶 せんべい	ピピンバ丼 さつま芋と豚肉の炒め煮 キャベツの味噌汁	牛乳→豆乳 もっちりあずき 果物(ぶどう)	ぶたひき肉 豆腐 豚肩 みそ 牛乳 あずき	米 なたね油 砂糖 ごま油 ごま さつまいも 上新粉 豆乳	しょうが にんにく 根深ねぎ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ キャベツ 葉ねぎ ぶどう	エネルギー: 588kcal タンパク: 20.3g 脂質: 17.9g	エネルギー: 510kcal タンパク: 17g 脂質: 14.3g
8-29	火	麦茶 クッキー	鶏めし 鮭の塩焼き 三色ごま野菜 なめこの味噌汁	牛乳→豆乳 果物(かき) さつま芋のガレット →さつま芋米粉マフィン	鶏もも さけ みそ 牛乳 チーズ 卵	米 ごま 砂糖 さつまいも 薄力粉 バター	干しいたけ ごぼう にんじん キャベツ こまつな わかめ たまねぎ なめこ かき	エネルギー: 570kcal タンパク: 27.2g 脂質: 18.8g	エネルギー: 500kcal タンパク: 22.4g 脂質: 15.9g
9	水	麦茶 煮干し	ごはん マーボーナス 切干大根のサラダ レタススープ	牛乳→豆乳 果物(バナナ) きな粉クッキー →米粉クッキー	ぶたひき肉 みそ ロースハム 牛乳 きなこ 脱脂粉乳 卵	米 なたね油 片栗粉 砂糖 ごま油 薄力粉 バター	なす にんにく しょうが にんじん 根深ねぎ 切干大根 キャベツ きゅうり レタス たまねぎ パナナ	エネルギー: 600kcal タンパク: 20g 脂質: 20.2g	エネルギー: 505kcal タンパク: 20.8g 脂質: 16.3g
10-24	木	麦茶 せんべい	ハムサンド→米粉パンサンド コーンシチュー ブロッコリー	牛乳→豆乳 五平餅 果物(りんご)	ロースハム 鶏もも 牛乳 みそ	食パン マヨネーズ じゃがいも ごま 砂糖 米	コーン にんじん たまねぎ ブロッコリー りんご	エネルギー: 563kcal タンパク: 21.7g 脂質: 18.7g	エネルギー: 489kcal タンパク: 18.1g 脂質: 14.8g
11-25	金	麦茶 クッキー	ごはん 厚揚げとひき肉の中華炒め キャベツとコーンのおかか和え えのき茸の味噌汁	牛乳→豆乳 果物(オレンジ) チーズ入りパン →米粉蒸しパン	ぶたひき肉 厚揚げ かつお節 みそ 牛乳 ヨーグルト チーズ	米 なたね油 片栗粉 砂糖 強力粉	しょうが もやし にんじん 根深ねぎ ピーマン キャベツ コーン たまねぎ えのきたけ わかめ オレンジ	エネルギー: 601kcal タンパク: 23.6g 脂質: 19.5g	エネルギー: 526kcal タンパク: 19.7g 脂質: 16.7g
12-26	土	麦茶 せんべい	ごはん 野菜炒め 豚汁	豆乳 マカロニ安倍川 果物(バナナ)	ベーコン みそ 豆腐 豚肩 きなこ	米 なたね油 じゃがいも 豆乳 砂糖 米粉マカロニ	キャベツ にんじん たまねぎ コーン しいたけ パナナ	エネルギー: 534kcal タンパク: 19.4g 脂質: 18.2g	エネルギー: 465kcal タンパク: 16.5g 脂質: 14.6g
14-28	月	麦茶 せんべい	ごはん 肉団子の甘辛煮 ごぼうサラダ ほうれん草の味噌汁	牛乳→豆乳 ヨーグルトポムポム →米粉のりんごマフィン	ぶたひき肉 豆腐 油揚げ みそ 牛乳 卵 ヨーグルト	米 片栗粉 砂糖 ごま マヨネーズ 薄力粉 バター	にんじん たまねぎ ごぼう ほうれんそう りんご	エネルギー: 558kcal タンパク: 18.3g 脂質: 17.2g	エネルギー: 489kcal タンパク: 15.3g 脂質: 13.7g
23	水	麦茶 煮干し	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 切干大根の煮物 野菜スープ	牛乳 → 豆乳 きな粉クッキー → 米粉クッキー 果物(かき)	白身魚 竹輪 ベーコン 牛乳 きなこ 脱脂粉乳 卵	米 マヨネーズ 砂糖 なたね油 じゃがいも 薄力粉 バター	たまねぎ コーン 切干大根 にんじん 干しいたけ キャベツ かき	エネルギー: 579kcal タンパク: 23.4g 脂質: 17.9g	エネルギー: 487kcal タンパク: 23.4g 脂質: 14.4g

※ベーコン、ハム、竹輪、マヨネーズは卵不使用を使用



9月離乳食献立



チャイルドスクエア浜松花川

日	曜	中期食
1	火	7分かゆ 白身魚煮 かぼちゃ たまねぎ 野菜スープ
2	水	7分かゆ 鶏そぼろ煮 じゃがいも にんじん 野菜スープ
3	木	7分かゆ 豆腐煮 キャベツ なす 野菜スープ
4	金	7分かゆ 豆腐煮 さつまいも にんじん 野菜スープ
7	月	7分かゆ 豆腐煮 さつまいも キャベツ 野菜スープ
8	火	7分かゆ 白身魚煮 キャベツ にんじん 野菜スープ
9	水	7分かゆ 鶏そぼろ煮 なす にんじん 野菜スープ
10	木	7分かゆ 鶏そぼろ煮 じゃがいも ブロッコリー 野菜スープ
11	金	7分かゆ 鶏そぼろ煮 キャベツ にんじん 野菜スープ
14	月	7分かゆ 豆腐煮 にんじん ほうれん草 野菜スープ
15	火	7分かゆ 白身魚煮 かぼちゃ たまねぎ 野菜スープ
16	水	7分かゆ 鶏そぼろ煮 じゃがいも にんじん 野菜スープ
17	木	7分かゆ 豆腐煮 なす キャベツ 野菜スープ
18	金	7分かゆ 豆腐煮 さつまいも にんじん 野菜スープ
23	水	7分かゆ 白身魚煮 じゃがいも キャベツ 野菜スープ
24	木	7分かゆ 鶏そぼろ煮 じゃがいも ブロッコリー 野菜スープ
25	金	7分かゆ 鶏そぼろ煮 キャベツ にんじん 野菜スープ
28	月	7分かゆ 豆腐煮 にんじん ほうれん草 野菜スープ
29	火	7分かゆ 白身魚煮 にんじん たまねぎ 野菜スープ
30	水	7分かゆ 鶏ひき肉 じゃが芋 にんじん 野菜スープ