

様



令和5年度.3月号

今年度も残りわずかとなりました。この一年を振り返り、一人ひとり自分のペースで大きく、たくましく成長した姿に、うれしさを感じているこの頃です。1年間、保護者の皆様には多くのご協力を頂き、ありがとうございました。

### 今月の目標

#### (ひよこぐみ)

- 保育教諭に手伝ってもらいながら、食事や着脱などを自分で行う。

#### (はなぐみ)

- 春のあたたかさを感じ、戸外でのびのびと遊ぶ。

#### (そらぐみ)

- 進級する喜びを感じながら、身の回りのことに意欲的に取り組む。

#### (あかぐみ)

- 年中に進級する喜びと期待をもって生活する。

#### (あおぐみ)

- 生活に必要な習慣や態度が身に付き、自信をもって行動する。

#### (しろぐみ)

- 卒園や就学を期待し、5歳児としての自覚をもって活動する。

### みんなの広場☆

#### ひよこぐみ



#### はなぐみ



#### そらぐみ

#### あかぐみ



#### あおぐみ



#### しろぐみ



21日は誕生会です。お弁当はいりません。

### 行事予定

- 1日(金) 卒園写真撮影(青・白組) 12:30~
- 5日(火) 赤・青・白組身体測定日
- 6日(水) ひよこ・はな・そら組身体測定
- 9日(土) 進級説明会 9:00~  
入園説明会 14:00~
- 14日(木) 青・白組遠足  
はな・そら・赤組ピクニック
- 19日(火) 避難訓練(不審者)
- 21日(木) 誕生会・お別れ会
- 23日(土) 卒園式 14:00~  
※13時まで保育

### 給食室より...



#### 子どもの「肥満・痩せすぎ」

幼児期の肥満は、成長してから糖尿病にかかりやすくなるなど、将来的な生活習慣病の原因を作ってしまう。逆に、痩せすぎは、貧血や骨粗しょう症など体の成長に影響します。しかし子どもによって、食欲やその適量には個人差があるもの。基準より体が小さい、大きいからといって一喜一憂せず、極端な食事制限をしたり、食べることを強制したりするのは避けましょう。むしろ、どちらも不規則な食生活や偏った食事、運動不足が大きく影響していますので、大人が手本になって規則正しい生活習慣を送ることが大切です。



1	金	肉じゃが 小松菜と竹輪のごま和え	ひなプリン
2	土	親子うどん ちりめん煮昆布 果物	おかし
4	月	魚のみぞれ煮 春雨サラダ 果物	ジャムサンド
5	火	豚肉の生姜焼き キャベツとツナのサラダ 果物	みかんヨーグルト
6	水	大豆入りカレー レバーの生姜煮	丸ボーロ
7	木	柳川もどき ほうれん草の海苔和え	ゼリー
8	金	魚のフライ ブロッコリーサラダ 果物	バナナ
9	土	進級・入園説明会	
11	月	鶏の照り焼き 野菜ソテー 果物	クリームパン
12	火	ギョロツケ マカロニサラダ 果物	アセロラゼリー
13	水	グラタン風煮 レバーの生姜煮	おかし
14	木	かき玉汁 ほうれん草と鮭のごま和え	メロンパン
15	金	焼魚 ひじきの煮物 果物	チーズマドレーヌ
16	土	焼きそば ごまいりこ 果物	おかし
18	月	白菜の肉団子汁 わかめのさっと煮	マカロニあべかわ
19	火	魚のピザ焼き 小松菜サラダ 果物	ホットドッグ
21	木	ちらしずし お吸物 ヤクルト	シュークリーム
22	金	鯖の竜田揚げ 乾物たっぷり煮 果物	あんぱん
23	土	野菜スープ ちりめん大豆煮 果物	
25	月	から揚げ じゃこサラダ 果物	ピープ
26	火	鮭の西京焼き 小松菜の煮びたし 果物	りんご蒸しパン
27	水	ハヤシライス レバーの生姜煮	野菜ジュースのパンケーキ
28	木	鯖の生姜煮 ポテトサラダ 果物	おふうラスク
29	金	鶏つくね キャベツのゆかり和え 果物	りんごヨーグルト
30	土	ミートスパゲティ 半月卵 果物	おかし