



園だより

2025. 10. 1
大井町えほん保育園
園長 小關美佐子

先月20日(土)の運動会に幼児の保護者の皆さまにはご多忙の中、ご参加いただきまして誠にありがとうございました。保護者様も競技に参加いただき楽しんでいただけましたでしょうか。アンケートにもお答えいただきありがとうございます。来年に活かしていきたいと思います。

今年も会場をお借りする関係で9月の運動会実施となりましたが、園内では毎日のように交代でホールでの練習が行われていました。練習の後は子ども達の好きな遊びで汗を流して楽しんで練習を行うことができていましたよ。最後まであきらめないけやき組さんやいちよう組さんの『体操』や『リレー』も本番は全員が笑顔で終わることができました。

今年度も後半に入ってまいりました。行事も多くなってまいります。引き続きのご理解ご協力を賜れますと幸いです。



<10月の予定>

2日(木) 5歳収穫バス遠足
6日(月) お月見会
14日(火) 0歳健診
15日(水) 誕生会
17日(金) 5歳ナイト保育
22日(水) 全園児歯科検診
24日(金) 交通安全教室

- 体育指導 2日(木) 9日(木) 16日(木) 午前
(3, 4, 5歳児のみ)
- 英語 毎週月曜日(0・1歳児は隔週)
- 課外英語 基本毎週火・水曜日
※8日(水)と21日(火)はお休みです。



★お願い★

- ・お散歩が楽しい季節となりました。早めに支度をしてたくさん遊んで体を動かしたいと思いますので、**9時まで**にご登園いただけますよう、ご協力のほどよろしくお願い致します。
- ・コドモンについてですが、降園のお迎え(父or母等)とお迎えの時間の記入をお願い致します。またその時間より遅れるときはお電話での連絡をお願いするとともに理由も合わせてお伝えください。(コドモンへの入力もお願い致します。)お休みの時も理由も含めコドモンへの入力をお願いいたします。連絡がない時は園からお電話をさせていただくことがございます。こちらもご協力のほどよろしくお願いいたします。

★お知らせ★

- ・11月は幼児クラスの保育参観・面談がございます。詳細は追ってお知らせ致します。幼児保育参観参加・面談**11/17(月)～11/28(金)**
- ・運営委員会のアンケートに『年中くらいから、ひらがな等の字を書く時間を頻繁に設けて頂けるとありがたいです。』という意見を頂きました。園は『活動の中で楽しく取り組めるよう工夫したいと思います。』とお答えしました。先月のいちよう組みさんのお便りからはその工夫の様子を見て頂けるとと思います。『言葉集め』から楽しく字に興味を持ってもらいそこから字を書くことに繋がられると良いですね。



ももぐみだより

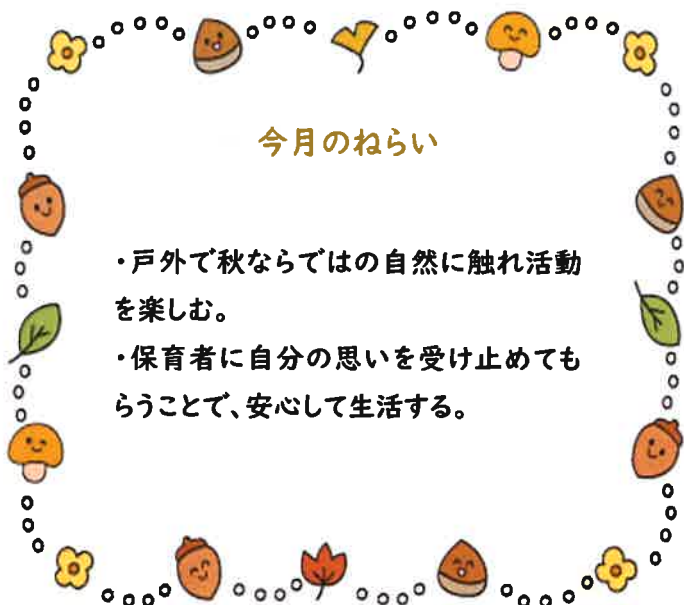
2025.10.1 大井町えほん保育園

4月に入園してから半年が経ち、あっという間に10月ですね!

先月も前半は暑い日が続いたため室内で過ごすことが多かったですが、トンネルやバランスボードなどで沢山身体を動かして楽しめました。絵の具遊びや小麦粉粘土に触れたりなど、新しい遊びに挑戦する機会もありました。活動の幅が広がってきたことに嬉しさを感じています。

食事では全員が完了食になり、手づかみやスプーンで頑張っている姿が見られます。自分でコップや器を持って飲むことも上達してきました。4月と比べてお兄さん、お姉さんらしくなってきたもも組さんです!

最近は喃語や表情でのやりとりが盛んになってきました。お名前や「○○するひと〜?」と聞くと手をあげる姿がとても可愛らしいです。嬉しいこと、嫌なことも声や表情で伝えてくれています。お友だちとの関わりでは、笑い合ったり、絵本を一緒にのぞき込んだりする姿が多くみられるようになり、とても微笑ましいです。一方で、同じ玩具が欲しくて取り合うことも増えてきました。「今は○○ちゃんが使っているよ」と仲立ちをしたり、他の遊びに誘ったりしています。引き続き気持ちを受け止め、丁寧に関わっていききたいと思います。



今月のねらい

- ・戸外で秋ならではの自然に触れ活動を楽しむ。
- ・保育者に自分の思いを受け止めてもらうことで、安心して生活する。



もも組さんのお気に入りのおもちゃ

様々なものに興味をもつようになってきた子どもたち。動物や野菜、もも組さんの写真をラミネートしたものを容器の穴に入れるポットン落として遊んでいます。食べ物を食べる真似をしたりして楽しんでいます。容器に入れる時は手首の向きを変えたりして、真剣な表情で取り組んでいます。



お願い

- ・散歩用の靴のご準備、ありがとうございました。週末はお持ち帰り頂き、サイズ確認やお掃除をよろしくお願いいたします。
- ・お散歩で服が汚れてしまい、着替える機会が増えることが予想されます。着替えのストックは多めに用意いただきますようよろしくお願いいたします。

今月の絵本

「もいもい どどここ」

株式会社ディスカヴァー・トゥエンティ
作:市原淳 監修:開一夫

保育者の読み聞かせに合わせて「もいもい」と言えるようになってきました。絵を指差したりして楽しんでいます。





2025年10月1日
大井町えほん保育園

まだまだ暑い日もありますが、朝晩は大分涼しくなり秋の訪れを感じる頃となりました。9月は、暑い日も多かったですが、少しずつ気温が下がり、水遊びができる日がありました。水に慣れ、濡れることをあまり気にせずダイナミックに遊んでいました。遊び方も上手になり、自分でボトルをタライの中に沈めブクブクと水を入れたり、お玉で何回も水をすくってバケツに水を溜めたりしていました。テラスで出来ない日は、室内で氷遊びを楽しみました。「冷たいよ」と言いながら氷を触ったり、カップいっぱい氷を集めたりしていました。

言葉が増えてきて、お友だちや先生とのやり取りが以前よりも増えてきました。低月齢児はお友だちの名前を覚え、「〇〇ちゃん」「〇〇くん」と呼べるようになってきました。高月齢児は「〇〇ちゃん、ないないだよ」「〇〇くん、おいで」などお名前を呼んで自分の気持ちを伝えることができるようになってきました。言葉で伝えることができるようになってきましたが、まだまだうまく伝えられず噛み付きや手が出てしまうことがあります。近くで見守りながら「使ってるよ」「待っててね」など気持ちを代弁し、コミュニケーションが取れるようにしていきたいと思います。



今月のねらい

- ・ 戸外遊びや散歩を通して秋の自然を肌で感じ、自分なりの発見や不思議さを楽しむ。
- ・ 保育者に見守られながら友達と積極的に関わり、自分のしたいことやしてほしい思いを自分なりの表現で伝えようとする。

9月にたくさん読んだ絵本

やぎやぎやぎ（飯野まき 作／福音館書店 発行）

「こどものとも0.1.2.」の月刊誌の9月号です。最後のページに「やぎやぎやぎ、めえめえめえ」と書いてあるのですが、子どもたちは保育者の真似をして言葉を繰り返すことを楽しんでいましたよ。



おねがい

- ・ 朝夕は、涼しい日が増えてきました。気温や活動に合わせて衣服の調節ができるよう、引き出しの中に半袖と長袖の両方の用意をお願いいたします。名前が記入されているか必ずご確認ください。
- ・ 「自分で」と何でも自分で行うことが増えていきます。その気持ちを大切にしたいと思いますので子どもたちが自分で行いやすい洋服や靴などの用意をお願いいたします。

こんげつがおたんじょうびのおともだち
ようさん
ゆかりさん
みつきさん

おたんじょうび おめでとう



はなみずきだより

2025.10.1 大井町えほん保育園

木々の葉の色も変わり始め秋の訪れを感じられるようになりましたね。

9月の後半あたりからやっとお散歩へいけるようになりました。約2ヶ月ぶりのお散歩でしたが、約束を覚えてお話しする姿や、靴や靴下を手伝いなして頑張る姿に成長を感じました。体力もついてきて歩くスピードも早くなりこれからすこし遠い公園にも行けるようになるのだなと楽しみです!さっそく公園ではどんぐりや木の実を見つけることができ秋らしい自然に触れて喜んでいましたよ。

最近はパンツに挑戦する子や、進んでトイレに座ろうとする子が増えてきました!今まではでてないよ〜とオムツ替えからにげてしまう様子もありましたが、トイレいく?と聞くと行くよ!や座ってもいいの〜?とやる気満々です。そんなやる気満々なはなみずきさんを見守りながらトイレトレーニングを進めていきたいと思います。また個人差があるものですので、子どもたちの様子や保護者さまと引き続き相談していきますね!

今月のねらい

- ・ 葉っぱ・木の実・虫などの季節の自然に触れながら、全身を使った遊びを楽しむ。
- ・ 保育者や友だちとのやりとりの中で、順番などのルールがあることを知っていく。
- ・ 身の回りのことを自分でできた喜びを感じると共に、自信をつけて次の意欲に繋げる。

おねがい

- ・ お散歩に行くようになります。靴下や靴のご準備をお願いいたします。
- ・ 靴下にお名前がないものが増えていきます…紛失や入れ違いを防ぐために必ず記名をお願い致します。

今月の絵本

出版社 偕成社

さく え キヨノサチコ

ブランコの順番を変わってくれないノンタンや10まで一緒に数えるお友だちとのお話です。はなみずきぐみさんもまだまだ玩具の貸し借りは難しい場面もあるけど…少しずつ自分達で解決しようと頑張中です!この絵本を通して順番に遊べるともっと楽しいことや、待っているお友だちは悲しい気持ちなのだと感じてくれればいいなと思います!

集団遊び 【オオカミさん】

保育者がオオカミさんに変身しこどもたちを追いかけるという集団遊びを楽しんでいます!

追いかける場面まではみんなるるんで「オオカミなんてこわくないよ〜♪」と歌う姿や手をふっているのですが、いざ食べに行くぞ!と追いかけると…泣いてしまったり、先生だよね??と不安に思ってしまうようですね…いつか怖くなる日がくるのかな??



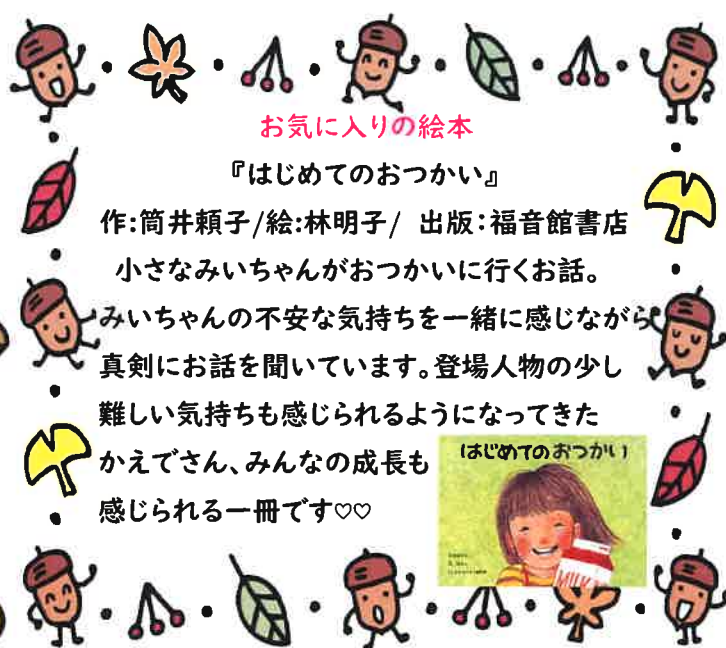
かえてぐみだより

2025.10 大井町えほん保育園 かえて組

まだまだ汗ばむ季節ではありますが、少しずつ秋の訪れを感じてきましたね。

先日は運動会へのご参加ありがとうございました。初めての運動会、いかがだったでしょうか…！練習ではほとんどのお子さんが意欲的に参加し、運動会前日まで練習を楽しむ姿がありました。練習の中でもいろいろなクラスのお友だちや保育者に見守られ、日々成長を重ねてきたかえてさん。いちよう組・けやき組のお兄さんお姉さんの姿からも良い刺激を受けたことかと思えます。当日は、初めての広い体育館に圧倒されながらも一生懸命頑張る姿が見られましたね。楽しい気持ちや緊張、不安…様々な感情を感じる一日になったのではないのでしょうか。運動会という大きな行事を通してまた一つ成長できたことかと思えます。お家の人にたくさん褒めてもらったのも嬉しかったようです♪似顔絵の準備や日々のフォロー、たくさんの応援など本当にありがとうございました！

今月は天候や子どもたちの様子に合わせて少しずつお散歩を再開できればと思っています。室内で過ごすことが続き、体力が落ちているお子さんもいるかと思えます。徐々に戸外で体を動かしながら元気な体づくりをしていきたいと思えます。お友だちや保育者と一緒に秋ならではの発見も楽しんでいきますね！



おねがい

- ・9月26日を持ちまして、シャワーは終了となりました。
- ×の記入とプールバックのご準備ありがとうございました。
- ・戸外活動で汗ばむことが予想されます。汗拭きタオルのご用意をお願いいたします。
- ・戸外に出る日が増えますので裾の広がりがない長ズボンの着用をお願いいたします。
- ・気候に応じた服装のご用意をお願いいたします。半袖と薄手の長袖、両方のストックがあると安心かと思えます。すべての持ち物に記名をお願いいたします。





いちよう組だより

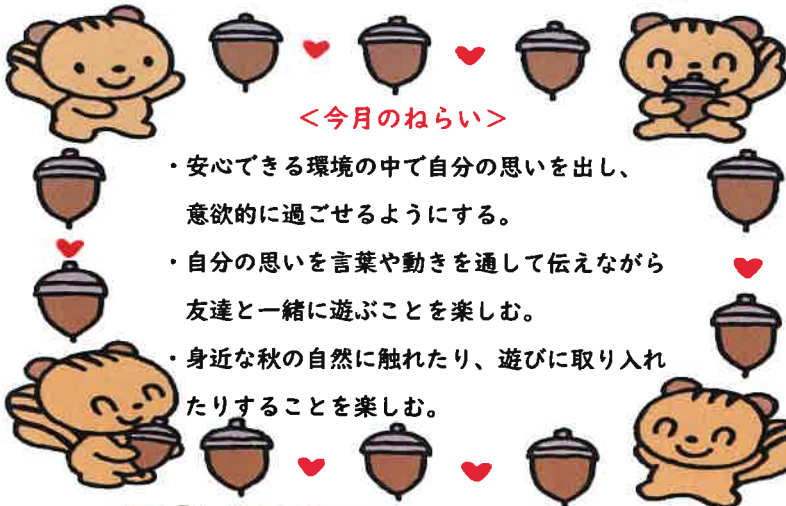


大井町えほん保育園 いちよう組

新年度が始まってから、早半年…あっという間にもう10月ですね。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋…過ごしやすくなってきたこともあり、毎日よく食べ、よく動き、たくさん遊んで楽しんでいるいちよう組さんです。

先月はお忙しい中運動会に参加していただきありがとうございました。昨年度よりも参加する競技が増え、練習することがたくさんでしたが、みんな意欲的に楽しんで取り組んでくれました。本番は緊張している子が多かったですが、保護者の皆さまに見てもらう喜びを感じながら練習の成果を十分に発揮することが出来ました。運動会が終わってからもけやき組さんのお遊戯の真似をしたりリレー遊びをしたりと余韻を楽しんでいます。予行練習の日程や服装のご協力ありがとうございました。

今月はたくさん散歩に出かけ、秋の自然に触れながらのびのびと楽しんでいきたいと思います。また、遠い公園や行ったことのない公園にも行き体力をつけていきたいです。



＜今月のねらい＞

- ・安心できる環境の中で自分の思いを出し、意欲的に過ごせるようにする。
- ・自分の思いを言葉や動きを通して伝えながら友達と一緒に遊ぶことを楽しむ。
- ・身近な秋の自然に触れたり、遊びに取り入れたりすることを楽しむ。

＜おねがい＞

- ・気温に合わせて衣服の調節が出来るよう、ロッカーに長袖と半袖のご用意をお願いいたします。
- ・怪我や虫刺され予防のため、長ズボンで登園していただけると助かります。
- ・10月31日に遠足があります。お弁当等のご準備をお願いいたします。

おすすめ絵本

「どんぐりにんじゃ」
作・絵：浅沼とおる
発行：鈴木出版

どんぐりにんじゃは、どんぐりの形をした忍者です。手裏剣の代わりにどんぐりを懐に隠し持ち、今日も敵の城へ忍び込みます。





10月けやきぐみだより

2025.10.1

大井町えほん保育園



少しずつ暑さも和らぎ、朝夕は涼しい日も増えてきました。戸外への散歩も行けるようになってきましたので、水分補給と休息をしっかりと取りながら、公園でのびのびと遊べるようにしたいと思っています。10月にはバス遠足やナイト保育もあり、けやき組には楽しい行事が盛りだくさんです。クラスみんなで計画し、楽しんで行きたいと思っています。

運動会を終えてより成長した様子のけやき組さん。クラスみんなで力を合わせて完成させたリレーやダンス。逆あがりや側転もひとりひとりが運動会が近くなってきたことがわかると出来るようになりたいという気持ちで練習を頑張っていました。完成できなかった子もありますが、引き続き練習して出来るようになって行けたらと思います。まだまだ難しいなと感じることも多いですが、それぞれのペースで少しずつ頑張っているなと感じます。クラスみんなで出来るようになったことを喜んだり、友だちの様子を気に掛ける姿も見られるようになりました。

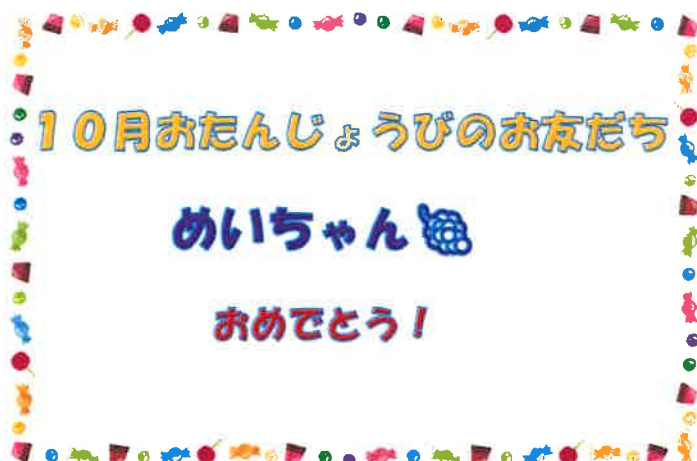


製作遊び✂

画用紙や廃材を使った製作あそびを始めました。作りたいものはたくさんあるようで、それぞれがよく考えてイメージする物をつくっているように思います。みんなで分け合って使ったり、必要な分だけ使うことがまだ難しいようなので、約束を考えて楽しく作れるようにしていこうと思います。いらない廃材などありましたら持ってきていただけるとありがたいです。

お知らせ▶

○散歩に行けるようになってきました。まだ虫刺されも見られます。長ズボンでの登園をお願いします。合わせて運動靴のサイズなども確認よろしくお願いします。



10月おたんじょうびのお友だち

めいちゃん

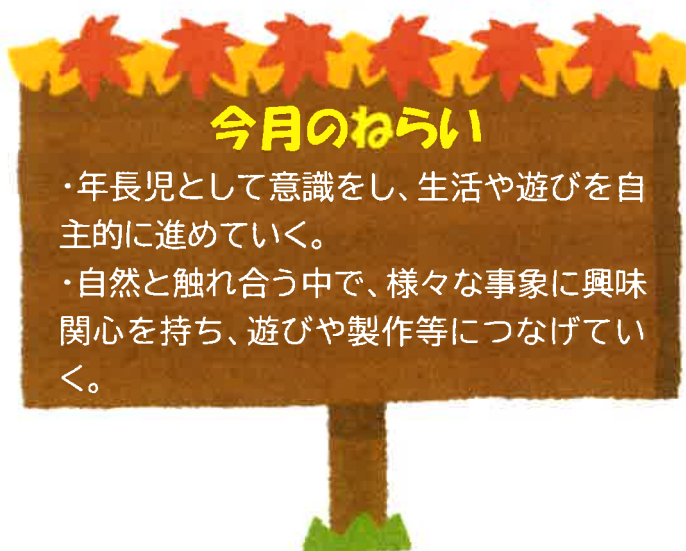
おめでとう！

クラスで読んでいる絵本📖

遊ぶことが大好きな王さまの楽しいお話がいくつかのっているので午睡の前にクラス全員で楽しみにしながら毎日読んでいます。面白い行動が多いので大笑いしています。

出版:理論社

作:寺村輝夫 絵:和田誠



今月のねらい

- ・年長児として意識をし、生活や遊びを自主的に進めていく。
- ・自然と触れ合う中で、様々な事象に興味関心を持ち、遊びや製作等につなげていく。



令和7年10月1日
大井町えほん保育園
看護師

日中の暑さも和らぎ朝夕には肌寒さを感じられるようになりましたね。1日の気温差で体調を崩しやすくなる子どもたち。戸外での活動も増えますので長袖や上着のご準備をお願いします。

10月10日は目の愛護デー

赤ちゃんの目は生後すぐにはぼんやりとしか見えていませんが、その後、1歳までの時期は急速に「見る力」が発達します。3歳までには多くの子どもが大人と同じ程度（視力1.0）まで見えるようになります。見る力（視覚）はゆるやかに発達し、6歳ごろには大人と同程度になります。

生まれてすぐ
視力0.01



明るい・暗い程度しか認識できません。

1歳
視力0.2



立体的に見る力、動くものを見る力など、視覚が急速に発達します。

3歳
視力0.8~1.0



大人と同じくらいまで視覚が育ってきます。

5歳
視力1.0



ほとんどの子が大人と同じ視覚を見につけます。

★こんなサインに注意★



頭を傾げる



目を細める



横目で見ると



片目をつぶって見る



片方の目の焦点が合わない

もし、お子様がこのような見方をしていたら早めに眼科を受診しましょう。「見る力」は目から情報を取り入れ脳で処理することを毎日繰り返して育ちます。ところが、目に異常があると脳に情報が届かず、「見る力」も育ちにくいです。早く治療を始めるほど視力は回復しやすいため早めの受診をお勧めします。

★インフルエンザ予防接種★

まもなくインフルエンザが流行しやすい季節を迎えます。一般的な風邪よりも症状が重く、小さなお子様が感染した際には脳症や肺炎などの重症化する可能性があります。罹患した際の重症化を予防するためにはもちろんですが、集団生活を行う場となりますので感染症対策の1つとしても、予防接種にご協力ください。よろしくお願いいたします。

★歯科健診★

10月22日（水） 9:00~

嘱託医のホワイトラビット歯科医院による全園児対象の歯科検診があります。当日は丁寧な歯磨きにご協力をお願いします。必ず9時までに登園してください。春・秋ともに受けることができなかったお子様は個人でホワイトラビット歯科を受診していただき検診を受けていただきますよう、よろしくお願いいたします。

水痘（水ぼうそう）が流行しています！

8月下旬ごろより水ぼうそうと診断されるお子様が続いています。

引き続き登園前に発疹がないか確認していただきますよう、ご協力をお願いします。

涼しい秋風に高く澄んだ空。大きく深呼吸したくなるような、気持ちの良い季節ですね。

アンジェリカリズムの中にも秋にちなんだ歌や遊びがあります。秋の季節を感じながら、体を動かすことを楽しめるようにしていきます。



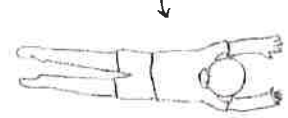
♪今月のリズム紹介♪「どんぐり」

赤ちゃんの寝返り運動

① 両手は両耳のよこにまっすぐ伸ばす



親指で蹴る！



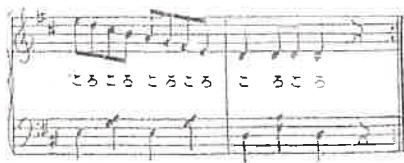
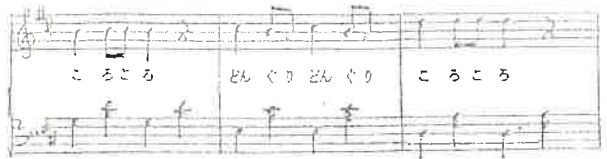
②



足を上げて反対側の足の上を越す。



圧を蹴ってその力でまわる



仰向けの姿勢から「どんぐり どんぐり こころころ♪」の歌に合わせて体をひねり、コロコロと転がるリズム遊びです。1歳頃までは優しく体を転がしてあげます。幼児クラスになると、足の親指で床を蹴って回れるようになります。

親子で並んであっちへコロコロ、こっちへコロコロ～・・・と転がって遊ぶと楽しいですよ。



最初はふれあい遊びのように保育者が歌を歌いながら身体を揺らして遊んでいました。最近では、自らゴロンと床に横になったり歌に合わせて左右に身体を動かしたりするようになりました！



10が体育だより



少しずつ涼しい日が増えてきて、朝晩は過ごしやすくなってきています。
体育を行う中で友達と仲良く一緒に行ったり、教えてあげたりする姿が見られるようになってきました。子ども達の挑戦する気持ちや、友達との関わりを体育を通して大切にしていきたいと思います。



10 がつ のねらい

9 がつ の指導について

年少	●用具などを操作する力を高める。 ●支える力をより身につけていく。	年少	段々、身体を思い通りに動かせるようになってきています。「新幹線くま」では、くま（四つん這い姿勢）に変身して前に進みます。「こだま・はやぶさに変身する!」と言い、自分の順番が待ち遠しい様子の子ども達。手足を一生懸命動かして新幹線になりきっていました。
年中	●物の動きをよく見たり、自分の体を思い通りに動かす中でタイミングを合わせる力を高める。 ●言葉を良く聞いて素早く反応する力や動作を切り替える力を高める。	年中	「1本線ジグザグ片足くま」は、くま歩きの姿勢から片足を上げたまま進む動きです。線やフープを踏まないようジグザグに進みます。この動きは「側転」に繋がる運動になります。支える力や体幹が身に付いてきている子ども達は、バランスを保って進めるようになってきました。
年長	●様々な種目に取り組む中で挑戦することの大切さを経験する。 ●グループで行う遊びの中で競争を楽しむ。	年長	「ボールギャザー」では、2チームに分かれてボールを集める競争をします。ジャンプ・お尻歩きなど、移動方法を変えながら行います。ボールやお友達など周囲の状況を見ながら動くので空間認知能力が養われます。たくさんボールを集められると大喜びの子ども達でした。



おうちで運動あそびをやってみよう

年少・年中向け

「タオルで風船キャッチ」

- ①子どもはタオルを広げて持ち、親は風船を持って向かい合う。
- ②親は子供に向かって風船を山なりに投げ、子どもはタオルでキャッチをする。



★効果

- ✓タオルを思い通りに動かす力：操作能力
- ✓風船の動きを把握する力：認知能力

年長向け

「言うこと一緒、やること逆」

- ①2人で向かい合って立つ。
- ②親は「前!」と言ってジャンプをしたら、子どもは「後ろ!」と言ってジャンプをする。(子どもは言われた方向と反対に動く)例.右⇒左 下⇒上
- ③1回毎にジャンプの方向を変えて行う。



★効果

- ✓相手の動きを見て判断する力：認知能力
- ✓思い通りに身体を動かす力：操作能力

10月 給食だより

大井町えほん保育園

朝晩の風が少しずつ涼しくなり、秋の訪れを感じる季節になりました。秋は新米に、さつまいも、かぼちゃやきのこなど、おいしい食べ物がたくさん実る季節です。食卓を囲み味わいながら、食べることの大切さや食材への感謝の気持ちを育てていけると良いですね。

新米とは・・・

新米は春に田んぼに植えた稲が、夏の太陽とたくさんの水を受けてすくすく育ち、秋になってようやく実ったお米です。新米は収穫された年の12月31日までのものとされています。新米の特徴は水分が多く、炊きあがりがつっくら。ほんのり甘くて香りがよく、子どもたちも自然と食が進む事でしょう。



新米をおいしく炊くポイント



水はやや少なめに

通常の水より5～10%程少なめにすると、べたつかず程よい食感に。

優しくとぐ

強くこすりすぎるとお米が割れてしまい粘りやべたつきの原因に。

しっかり吸水

といたあとは30～1時間浸水させてから炊くとふっくらな仕上がりに。

すぐ混ぜる

炊きあがったらすぐに切るように混ぜるとふっくらつやつやなごはんに。



秋の味覚



さつまいも

10月頃より旬を迎えるさつまいもは食物繊維が豊富で、お腹の調子を整えてくれる働きがあります。また、ビタミンCやカリウムも含まれており、風邪予防にも繋がります。皮の近くには栄養素がたっぷり入っており、よく洗って皮つきのまま加熱することがおすすめです。



きのこ類

きのこにはうま味成分がたっぷり含まれています。食物繊維やビタミンDも含まれ、免疫力アップにもつながります。また、きのこは加熱しても栄養が壊れにくく、油と一緒に食べるとビタミンの吸収率をあげてくれます。炒め物や揚げ物などの調理法がおすすめです。

もも組さんとかえで組さんが
高野豆腐の観察と食べられるようにちぎってくれました！

もも組さんの初めて見る高野豆腐！



つんつん



ちぎれた！



ほらみて！



指に力を入れて頑張ってちぎったよ！

同じ食育でも乳児さんと幼児さん
では全然違いますね！

高野豆腐ってどんなのだろう？



カチカチが
ふわふわ！



これなら
食べられるね！

赤ちゃんも食べられるサイズを意識して・・・



2025年 10月 献立表



【3才以上児】

大井町えほん保育園

日付	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	その他	1人分 - たんぱく質 脂質
1 (水) 16 (木)	ごはん ひじきいりたまごやき れんこんのきんぴら みそしる	ぎゅうにゅう れーずんむしばん	卵, ツナ缶, さつまい げ, 牛乳, 調整豆乳	米, 上白糖, サラダ油, ごま油, 白ゴマ, ふ・ 観世ふ, 薄力粉	ひじき, たまねぎ, にん じん, いんげん (冷 凍), れんこん, まいた け, 大根, レーズン	だし汁, しょう ゆ, みりん, 味噌 (米), ベーキン グパウダー	574kcal 21.2g 17.4g
2 (木)	とうふのひ ごはん とうふはんばーぐ ほうれんそうののりあえ みそしる	ぎゅうにゅう やきうどん	豚ひき肉, 木綿豆腐, 油あげ, 牛乳, ガイナー ・ラーゼン, かつお節	米, サラダ油, 片栗粉, うどん(ゆで)	たまねぎ, ほうれんそ う, にんじん, 緑豆もや し, 焼きのり, えのきだ け, 万能ねぎ, キャベツ	塩, ケチャップ, 中濃ソース, しょうゆ, だし 汁, 味噌(米), み りん	533kcal 23.6g 18.7g
3 (金)	ばたーろーる たんどりーちきん じゃがいもゆかりまよどれあえ こんそめすーぶ	ぎゅうにゅう たきこみごはん	鶏もも肉, ブレーン ヨーグルト, 牛乳	バターロール, サラダ 油, じゃがいも, マヨ ドレ, 米, 上白糖	にんにく, しょうが, た まねぎ, きゅうり, にん じん, こまつな, コー ン, 干しいたけ, いん げん (冷凍)	ケチャップ, カ レー粉, 塩, かつ お節, 野菜パイヨ ン, だし汁, しょう ゆ, みりん	591kcal 27.3g 17.0g
4 (土) 18 (土)	そぼろなっとうどん ぶろっこりーのしおこんぶあえ すましじる よーぐるど	ぎゅうにゅう めーぶるまふいん	鶏ひき肉, 挽きわり納 豆, ツナ缶, ヨーグル ト, 牛乳	米, サラダ油, 上白糖, 白ゴマ, メーブルマ フィン	にんにく, 長ねぎ, (冷) ブロッコリー, 塩昆布, たまねぎ, カッ トわかめ	酒, しょうゆ, 味 噌(米), だし汁, 塩	604kcal 28.7g 19.6g
6 (月)	おつきみはやしらいす はるさめさらだ すーぶ	牛乳 おつきみあんぱたーさんと	豚もも肉, ツナ缶, 牛 乳, 無調整豆乳	米, サラダ油, 米粉, 上 白糖, 春雨, 薄力粉, こ しあん, 無塩バター	たまねぎ, にんじん, マ ヨドレ(水煮缶詰), にん にく, トマト缶, 冷凍オ クラ, きゅうり, こまつ な, しめじ	カレー粉, ケ チャップ, 中濃 ソース, しょうゆ, 野菜パイヨン, ベーキングパウ ダー, ココア	602kcal 22.2g 16.0g
7 (火) 21 (火)	まーぼーどん きりぼしだいこんのなむる ちゅうかすーぶ	ぎゅうにゅう まかろにきなこ	木綿豆腐, 豚ひき肉, 牛乳, きな粉	米, ごま油, 上白糖, 片 栗粉, マカロニ	長ねぎ, 干しいたけ, しょうが, にんにく, 切 り干し大根, きゅうり, にんじん, 焼きのり, は くさい	サブリ米(鉄 分), 中華だし (顆粒), 味噌 (米), しょうゆ, 酒, 塩	549kcal 23.9g 18.2g
8 (水) 17 (金)	ごはん ぶりのしおこうじやき こうやとうふとこんさいのにも みそしる りんご	ぎゅうにゅう ちーずいもち	ぶり, 高野豆腐, 牛乳, ピザ用チーズ	米, サラダ油, 上白糖, じゃがいも, 片栗粉	にんじん, 大根, いんげ ん (冷凍), こまつな, たまねぎ, りんご	塩麹, だし汁, しょうゆ, 味噌 (米), 塩	547kcal 24.4g 19.7g
9 (木) 23 (木)	あんかけすはばてい とうふさらだ こんそめすーぶ ばなな	ぎゅうにゅう しらすごはん	ベーコン, 木綿豆腐, 牛乳, しらす干し, か つお節	スバゲティ, サラダ 油, 上白糖, 片栗粉, 白 ゴマ, ごま油, 米	たまねぎ, ビーマン, マ ヨドレ(水煮缶詰), コー ン, きゅうり, にんじ ん, パナナ	ケチャップ, 中 濃ソース, 中華 だし(顆粒), しょうゆ, 酢・ 米酢, 野菜パイ ヨン, 塩	621kcal 21.3g 18.5g
10 (金) 24 (金)	ごはん あつあげのすだみないため きゃべつのちゅうかあえ ちゅうかこーんとたまごすーぶ	ぎゅうにゅう びざーとすと	生揚げ, 豚もも肉, 卵, 牛乳, ロースハム, ピ ザ用チーズ	米, 上白糖, ごま油, 片 栗粉, 食パン, サラダ 油	たまねぎ, にんじん, に ら, しょうが, にんに く, キャベツ, カットわ かめ, とうもろこし(リ ーズ), ビーマン	しょうゆ, 酒, 酢・米酢, 中華 だし(顆粒), 塩, ケチャップ	541kcal 24.7g 17.0g
11 (土) 25 (土)	とりのでりやきどん さつまいもとにんじんのあまに みそしる ますかつとぜりー	ぎゅうにゅう ゆかりごはん	鶏もも肉, 牛乳	米, サラダ油, 上白糖, さつまいも, マスカッ トゼリー	たまねぎ, にんじん, こ まつな	だし汁, しょう ゆ, みりん, 味噌 (米), ゆかり	616kcal 24.2g 10.2g
14 (火) 29 (水)	ごはん とりにくとさつまいものあまからいため ひじきさらだ みそしる おれんじ	ぎゅうにゅう しおらーめん	鶏もも肉, 生揚げ, 牛 乳	米, サラダ油, さつま いも, 上白糖, ごま油, 干し中華めん(乾)	たまねぎ, ふなしめじ, ひじき, にんじん, きゅ うり, コーン, オレン ジ, 緑豆もやし, カッ トわかめ	しょうゆ, みり ん, 酒, 酢・米 酢, だし汁, 味噌 (米), 中華だし (顆粒), 塩	549kcal 26.5g 14.1g
15 (水)	あじのかばやきどん かぼちゃのそぼろあんかけ みそしる	ぎゅうにゅう どんぐりばん	あじ, 鶏ひき肉, 牛乳, プレーンヨーグルト	米, サラダ油, 片栗粉, 上白糖, 強力粉, 黒糖, 粉糖	しょうが, 焼きのり, か ぼちゃ, えのきいんげ ん(冷), かぶ, にんじ ん, たまねぎ, カットわ かめ, オレンジ	しょうゆ, みり ん, だし汁, 酒, 味噌(米), ベー キングパウ ダー, ココア	598kcal 25.7g 19.2g
20 (月)	ごはん とりにくのさっぱりに ごぼうさらだ みそしる おれんじ	ぎゅうにゅう かぼちゃようかん	鶏もも肉, ツナ缶, 牛 乳	米, サラダ油, 上白糖, マヨドレ, 白ゴマ	たまねぎ, しょうが, こ ぼろ, にんじん, コー ン, ほうれんそう, オレ ンジ, かぼちゃ, 粉寒天	酢・米酢, しょう ゆ, だし汁, 味噌 (米), 塩	558kcal 25.3g 14.9g
22 (水)	たきこみごはん かじきのねぎしおやき ひじきのまよどれあえ みそしる おれんじ	ぎゅうにゅう もちもちちーずばん	かじき, 牛乳, 粉チー ズ	米, サラダ油, じゃが 芋, マヨドレ, 白すり ごま	にんじん, こぼろ, いん げん(冷), 長ねぎ, れん こん, ひじき, 小松菜, たまねぎ, オレンジ	しょうゆ, みり ん, だし汁, 酒, 塩, 味噌(米), 白 玉粉	573kcal 25.8g 19.2g
27 (月)	ごはん みーとおむれつ きゃべつのがーりっくそてー とうにゅうすーぶ	ぎゅうにゅう ぼてとふらい	卵, 豚ひき肉, ガイナー ・ラーゼン, 調整豆乳, 牛 乳	米, サラダ油, さつま いも, じゃがいも	たまねぎ, にんじん, キャベツ, こまつな, コーン, にんにく, あお のり	塩, ケチャップ, 野菜パイヨン	565kcal 22.0g 23.0g
28 (火)	ぼーくかれー ぶろっこりーのわふうさらだ びーちよーぐるど	ぎゅうにゅう しおこんぶごはん	豚もも肉, ブレーン ヨーグルト, 牛乳	米, じゃがいも, サラ ダ油, 上白糖	たまねぎ, にんじん, (冷) ブロッコリー, コーン, もも缶詰, 塩昆 布	米粉カレール ウ, 酢・米酢, しょうゆ	644kcal 23.3g 15.8g
30 (木)	ごはん しろみさかなのいそべあげ はくさいのすのすのもの みそしる	べじおやつ ぎゅうにゅう きのこのけーくさ	メルルーサ, 牛乳, 調 整豆乳, ベーコン	米, 薄力粉, 上白糖, サ ラダ油	あおのり, はくさい, に んじん, カットわかめ, コーン, かぼちゃ, たま ねぎ, ふなしめじ, エリ ンギ	ベーキングパ ウダー, 塩, 酢・ 米酢, しょうゆ, だし汁, 味噌 (米)	581kcal 22.0g 19.8g
31 (金)	はろういんこんだて かぼちゃおぼけごはん とりのごまてりやき ほうれんそうのおかかあえ みそしる おれんじ	ぎゅうにゅう かぼちゃおぼけのけーき	牛乳, 鶏もも, かつお 節, 生クリーム	米, サラダ油, ごま, じゃがいも, ホット ケーキミックス, 無塩 バター, 小麦粉, 粉糖	にんじん, いんげん, 焼 きのり, たまねぎ, ほう れんそう, もやし, カッ トわかめ, オレンジ, か ぼちゃ	だし汁, しょう ゆ, みりん, 味噌 (米), ココア	573kcal 26.5g 17.3g

月平均栄養価 エネルギー 580kcal たんぱく質 24.1g 脂質 17.4g

☆食材の都合により献立が変更になる場合があります。



2025年 10月 献立表



【補食】

大井町えほん保育園

日付	給食	からだの温やみになるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	たんぱく質 脂質	
						乳児	幼児
1 (水) 16 (木)	青のり白ごまおにぎり		米,ごま (いりごま)	あおのり	塩	153kcal 2.8g 0.6g	191kcal 3.5g 0.8g
2 (木)	きな粉おにぎり	きな粉	米,上白糖		塩	171kcal 3.9g 1.2g	214kcal 4.8g 1.5g
3 (金) 22 (水)	わかめおにぎり		米		わかめふりかけ	151kcal 2.7g 0.4g	189kcal 3.4g 0.5g
4 (土) 18 (土)	みそ焼きおにぎり		米,上白糖,サラダ油		味噌(米),みりん	159kcal 2.9g 0.9g	199kcal 3.6g 1.1g
6 (月) 16 (木) 30 (木)	コーンおにぎり		米	コーン	塩	154kcal 2.8g 0.4g	193kcal 3.5g 0.6g
7 (火) 21 (火)	おかかおにぎり	かつお節	米		しょうゆ	154kcal 3.4g 0.4g	192kcal 4.2g 0.5g
8 (水) 20 (金)	すりごまおにぎり		米,白ゴマ,上白糖		塩	176kcal 3.3g 2.1g	220kcal 4.2g 2.7g
9 (木) 23 (木)	ゆかりおにぎり		米		ゆかり	151kcal 2.7g 0.4g	189kcal 3.4g 0.5g
10 (金) 24 (金)	黒ゴマおにぎり		米,ごま (いりごま)		塩	153kcal 2.8g 0.6g	191kcal 3.5g 0.8g
11 (土) 25 (土)	わかめごまおにぎり		米,白ゴマ		わかめふりかけ	152kcal 2.8g 0.5g	190kcal 3.5g 0.7g
14 (火) 29 (水)	青のり白ごまおにぎり		米,ごま (いりごま)	あおのり	塩	153kcal 2.8g 0.6g	191kcal 3.5g 0.8g
15 (水) 17 (金)	塩昆布おにぎり		米	塩昆布		152kcal 2.8g 0.4g	190kcal 3.5g 0.5g
28 (火) 31 (金)	焼きおにぎり		米,サラダ油		しょうゆ,みりん	160kcal 2.8g 1.2g	200kcal 3.4g 1.5g
27 (月)	ゆかりごまおにぎり		米,ごま (いりごま)		ゆかり	154kcal 2.8g 0.6g	192kcal 3.5g 0.8g

月平均栄養価 エネルギー 195kcal たんぱく質 3.6g 脂質 0.9g

☆食材の都合により献立が変更になる場合があります。

3-5 years old



Newsletter

10月といえばハロウィーンです！さあ今年のハロウィーンには何をしますか!?今年の衣装はもう決まりましたか？悩んでいるお友達は英語の先生に相談してみてください！でも、衣装を着るだけではお菓子をもらえませんよ。お菓子を食いたい人は大きな声で「Trick or treat!」と言ってください。まだ発音が難しい子は心配しなくても大丈夫。今月のイングリッシュタイムでたくさん練習しますので、ハロウィーンのパーティーの日には自信を持って言えるようになります。ハロウィーンのお化けが怖いと思っている子も安心してください。イングリッシュタイムでは怖い吸血鬼だけではなく、かわいい黒猫ちゃんも出てきますよ！Happy Halloween！

Words

カタカナはネイティブの正しい発音です。試してみてね。



Halloween
ハアロウウィーン



Mummy
マアミイ



Skeleton
スケラアトゥン



Vampire
ヴァンパイア



Witch
ウィチュ

Book



Go Away Big Green Monster!- by Ed Emberley

目、鼻、耳、など少しずつ恐ろしい緑色のモンスターが現れたら、Go Awayと一緒に叫んで追い払いましょう。海外ではとても有名な幼児向け絵本です。

Season

皆さんはJack-' o-Lanternを作ったことがありますか？大きなオレンジ色のかぼちゃが見つからなくても、リンゴ、大根、パプリカ、パイナップルなどでも作ることができます。完成したランタンをおうちの前に置くと嫌なお化けを追い払い、おうちを守ると言われています。時間があったら是非Jack-' o-Lanternを一度作ってみてください！



Game

Monster Basket!

フルーツバスケットのハロウィーン版をやりましょう！まずはお化けを選んで、椅子にすわります。自分のお化けが選ばれたら、新しい席にダッシュ！席に座れなかった人は次のお化けです。



Song

Knock Knock Trick or Treat - Super Simple Songs

お菓子をもらいに来たお化けに挨拶をしましょう。

Spooky Loo- Wee Sing

海外で人気のあるルービールーの歌のハロウィーン版。

Try at Home!

Ghost Hunters!

夜に、おうちの電気を消して、暗い中でお化け探しをしましょう！変な音や不思議な影はありませんか？どんなお化けがおうちの中に隠れているのかな？



0-2 years old

October Newsletter

10月になりました！夏の暑さが去り、やっと秋らしくなりましたね！10月といえば、みんなの大好きなハロウィーンです。ガイコツやスパイダーになって、ハロウィーン遊びをしましょう。好きなおばけはいますか？怖いと思っているおばけはいますか？今月は英語の先生とおばけの話をたくさんしましょう。みなさんの大好きな歌をハロウィーン版で歌ったり、おもしろいハロウィーンの絵本を読んだり、今月はハロウィーンでいっぱいです！英語の先生と一緒に言いましょう！セーのっ！Happy Halloween!

Words

カタカナはネイティブの正しい発音です。試してみてくださいね。



Ghost

ゴーストウ



Spider

スパイダー



Black Cat

ブラック カアトゥ



Monster

マンスター



Bat

バアトゥ

Book



My First Halloween- Tomie dePaola

初めてのハロウィーンパーティーをしましょう。どんな準備が必要なのかな？乳児向け絵本。

Season

「Trick or Treat」は英語で「お菓子をくれないといたずらするぞ」という意味です。聞いたことある人も多いと思いますが、動詞としても使えることを知っていますか？Trick or Treatしようは英語で「Let's go trick-or-treating!」と言います。今年のハロウィンにはぜひこのフレーズを使ってみてください！



Game

Haunted House!

英語の先生と一緒に魔女やガイコツなどのお化けシールを壁に張ったり、お部屋の中に隠しましょう。そして、電気を消し、お化け屋敷になったお部屋を探検しましょう！怖かったら先生の手に乗まって一緒にlet's go!



Song

🎵 Zombie Sharks- Pinkfong

皆の大好きなサメ家族のハロウィーンソング版！

🎵 Hello, Trick or Treat- Super Simple Songs

ハローソングのハロウィーン版！

Try at Home

Who's that Ghost?

シーツの下に入って、みんなでシーツお化けになりましょう！シーツの下に誰が隠れているのかな？

