

ねあらい
学園だより

浜松市根洗学園
 住所：〒433-8108
 浜松市北区根洗町667-1
 TEL:053-436-9318
 FAX:053-436-9326

在籍児 257名(9月20日現在)
 ◇毎日通園 年長児：19名 年中児：31名
 年少児：20名 2歳児：3名
 ◇選択通園 らいおん：47名
 子じか：87名
 ◇親子教室ねあらい：50名

10月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
1 運動会予備日	2 後期始業式	3 音あそび(もも)	4	5 避難訓練	6 誕生会 内科検診 (もも・みどり)	7 片岡先生ワークシ ョップ(10:00~ 12:00)
8 片岡先生ワー クショッ (10:00~ 12:00)	9 体育の日	10 母親教室 三方原幼稚園 親子交流	11	12 手作りクラブ	13☎ 食育 内科検診(きい) みどりGおひさま (~31日)	14
15 父親参観会	16 振替休日	17	18	19	20	21 ももGつどい
22	23	24	25 音あそび (もも)	26	27 秋の遠足	28 からだあそび
29	30	31 みどりG 懇談会 10月利用実績 表提出日 11月利用予定 表提出日				

※児童福祉法に関する実績確認印、予定表・報告書の提出日へのご協力をお願いします。
バスの添乗職員に忘れずに提出して下さい。また、10月の予定表は9月30日までに提出をお願い致します。
 ※カレンダー内の電話マーク☎の日は、職員会議の為、15:30以降お電話に出られない場合もあります。
 ご理解とご協力をお願いします。
 ◇3日・25日はももGでピンポン玉を使った音あそびを行います。11月の内容については、どんぐり・新聞紙・ポリ袋・輪ゴムを順次、または組み合わせで行っていきたくと思います。
 ◇21日のももGつどいについては10月のグループたよりをご覧ください。
 ◇手づくりクラブは10:40~11:40まで、こあらの部屋で行います。
 ◇10日の三方原幼稚園来園交流に参加を希望される方は9月28日までに生活記録表にてお知らせ下さい。
 活動内容は、玉入れです。帽子、タオル、水筒、上靴、名札を持って来て下さい。
 ◇みどりG懇談会：31日(火)13:00からみどりGの親御さんを対象に《こあら》にて行います。
 《実習》 ☆10/5~12/21：聖隷クリストファー大学(毎週木曜日)3名(もも・きい・みどり)
 ☆10/30~12/22：聖隷クリストファー大学・OT1名(もも)

10月のうた
 やきいもじゃんけん
 お弁当のうた
 まつぼっくり

誕生会
 ハロウィンの
 お面・衣装をつくろう
 誕生日のお友達を
 お祝いしよう

食育
 おにぎりを自分で作っ
 て、おかずを選んでお弁
 当を作ろう!



運動会駐車場についてのご案内



いよいよ運動会が近づいてきました。子どもたちは暑さにも負けず、グラウンドで練習を頑張っています。お父さん、お母さんをはじめ、ご家族、地域の方にも温かく見守っていただきながら運動会を行っていきたいと思います。

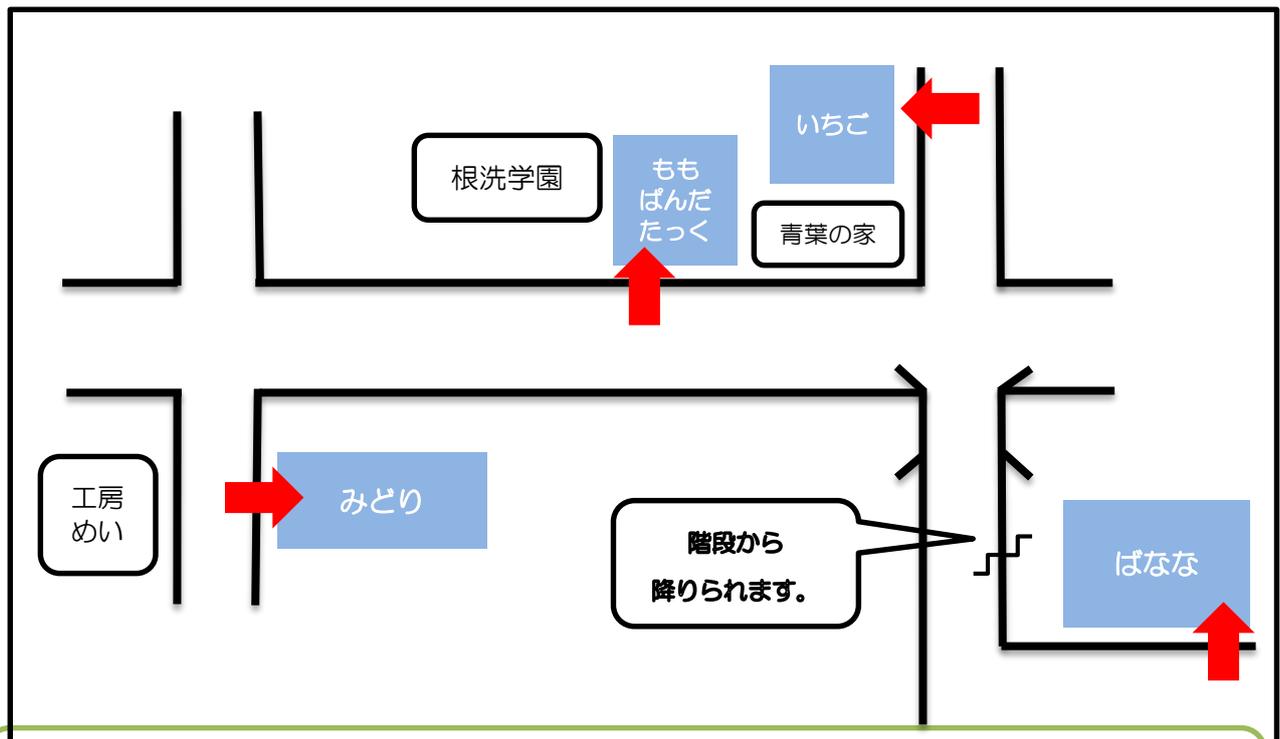
さて、当日は全学年、また地域の方の参加に伴い、駐車場が混みあいます。勝手ではありますが、グループ毎に駐車場を指定させていただきますので、ご協力をお願い致します。

【もも・きい（ばんだ）・たっく】学園駐車場

【きい（いちご）】青葉の家駐車場

【きい（ばなな）】第三静光園駐車場

【みどり】工房めい駐車場



※駐車台数の都合により、きいグループを3ヶ所に分けさせていただきました。ご了承ください。
兄弟児がいるご家庭は下のお子さんのグループに合わせて駐車場をご利用ください。

< 駐車場にあたってのお願い >

- 各ご家庭1台でお越し下さい。ご協力お願い致します。
- 駐車場へは矢印の方向よりお入りください。
- どの駐車場も奥から詰めて駐車していただきます。当日は職員が各駐車場に立ちますので、指示に従ってお停めください。
- 車の出入りが多くなります。お子さんから目を離さず、移動の際は手をつなぐ、またはだっこやベビーカー等お子さんに合わせて配慮をお願い致します。

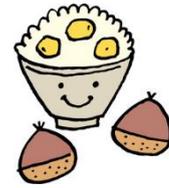
運動会が円滑に執り行えるよう、皆様のご協力をよろしくお願い致します。

ご不明な点は担任にお問い合わせください。





母親教室



- 日時 10月10日(火) 10:20~14:10
- 場所 第三静光園(かわせみ)
- 目標
- ・特別支援学校の先生のお話を聞いて、疑問を解決しよう
 - ・キラキラ発表会とは何か?お母さんの発表の出し物を決めよう
- 日程
- 10:20~ はじめの会、手あそび
 - 10:30~ お母さんのお話
 - 11:00~ 特別支援学校の先生のお話



講師：静岡県立浜北特別支援学校 小学部 村松 久二一先生



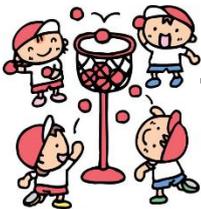
- 12:00~ ランチタイム
- 13:00~ キラキラ発表会について(計画、準備、練習)
- 14:05~ 感想用紙記入
- 14:10 終了



- 持ち物
- ・クッションか座布団(自分が座る用)、靴を入れる袋、筆記用具、手あそび集、お弁当、飲み物
- お知らせ
- ・10月のお当番の方は、9:30に集合してください(難しい方はご連絡ください)。
 - ・ランチタイムに、こもれびさんによるパン販売があります。ご利用される方はどうぞ☆
- その他
- ・出欠、登園方法を9月29日(金)までに生活記録表にてお知らせください。
※駐車場、使用教室の調整のため、必ず出欠の連絡をして頂くようお願いいたします。
 - ・兄弟の託児を午前中のみ行ないます。場所は、学園内『こあら』の部屋です。希望される方は9月29日(金)までにお子さんの名前と月齢も一緒にお知らせ下さい。
- 持ち物：託児代500円、子どもの名札、お気に入りのおもちゃ、子どもの飲み物

月齢が低いお子さんはタオルケットやお布団をお持ちください。

・疑問点などありましたら、グループ担任にお尋ねください。



★9月の母親教室の感想★

- ・ヨガでスッキリしました。子どものことを考えない非日常な時間ができてリフレッシュできました。
- ・普段は、ゆったりと自分と向き合う時間が取れないので良い時間でした。
- ・ヨガでいろいろな身体の部位を伸ばせて気持ち良かったです。
- ・運動会グッズづくりは懐かしいと思いながら楽しく作れました。
- ・毎回、学生気分に戻ったような感じで楽しめます。運動会の応援、頑張ります!
- ・お母さんのお話、自分だけが悩んでいるのではないと、いつも共感します。



第2回 父親参観会

今年度第2回目の父親参観会のお知らせをいたします。



日時：10月15日（日） 9：50～14：30

目的：お父さん同士でたくさんお話をしよう。

おにぎりをつくって外で食べよう！

日程： 9：50～ 登園、着替え、片付け、排せつ、朝の会

11：00～ **おにぎり作り** ～おにぎりをつくって外で食べましょう～

詳細については、10月1日発行のグループだよりでご確認ください。

12：00～ 昼食

13：00～ 懇談会（そう）

園長の話、父親参観会についての話、

卒園児のお父さんのお話「幼児期に子どもと関わる上で意識したこと」

中学1年生男子のお父さん・特支1年生のお父さんの2名に話していただきます。

14：30 終了



持ち物：おにぎりの具材、ラップ、水筒、シート

空のお弁当箱（お子さん用）、お父さん用のおかず

（10月1日発行のグループだよりを確認ください。）

その他：父子での参加をお願いします。

お父さんが参加されない場合も園児は登園日となります。翌10月16日（月）は、振替休園です。

バスを利用される方は、バス停・時刻の変更をお願いすることがあります。

下記の出欠表に利用の有無をご記入いただき、**9月29日（金）までに提出をお願いします。**

き り と り

第2回 父親参観出欠表

グループ 名前

以下、○を付けてください。

- ・10月15日（日）参観 父子で参加します 子どものみ参加します 欠席します
- ・バスの利用 朝利用します 帰り利用します 利用しません

*ご不明な点は担任にお問い合わせください

秋の遠足

■日時：平成29年10月27日（金）

※予備日はありません。雨天は行き先を変更しての決行です。

■目的地：豊橋総合動植物公園（のんほいパーク）

※雨天時の目的地は10/2発行のグループだよりにてお知らせします。

■ねらい：親御さんと一緒に動物を見たり、動物と触れ合う。

お友達と先生と、親子で楽しく行動する。

■集合場所：浜松駅（アクトシティ前）又は 根洗学園（グラウンド）

※集合場所から観光バスに乗って目的地へ向かいます。



■集 金：バス代として1家族1,000円を集金させていただきます。ご了承ください。

集金は当日のバス内でおこないます。

■日 程：8：10 浜松駅（アクトシティ前）集合・出発

8：50 根洗学園（グラウンド）集合

9：00 はじめの会

9：10 バス乗車・出発

10：30 豊橋動植物公園到着・グループごとに散策

13：20 中央門集合・バス乗車

13：30 バス出発

15：00 根洗学園到着・解散



■持ち物：バス代、お弁当（親御さんとお子さんのもの）、おやつ、水筒、敷物、必要な着替え、雨具

■注意事項：

- ・おいしくお弁当を食べるために、お菓子やジュースは昼食後のお楽しみにしましょう。
- ・園外活動となりますので、親子での参加をお願いします。なお、ご家族の入園料は大人2人目以降から自己負担（豊橋動植物公園：大人1人600円）となります。目的地到着後に各自で購入してください。
- ・当日6時のNHK天気予報『浜松市南部』の降水確率が50%以上の場合は雨天時の予定で決行されます。各自で天気予報の確認をお願いします。連絡網はまわりませんのでご了承ください。
- ・下記の出欠表を記入し、おたよりパック等で9月29日（金）までに提出してください。なお、療育手帳をお持ちの方は減免対象となるため、療育手帳の番号と一緒にいられる親御さんの氏名を記入してください。

きりとり 秋の遠足 出欠表

グループ	お子さんの名前	親御さんの名前
秋の遠足に	出席	欠席
<p>・ 出席 します。</p> <p>・ 欠席 します。</p> <p>※いずれかに○をつけてください。</p>		療育手帳番号
集合場所：	浜松駅（アクトシティ前）	根洗学園
※希望される方に○をつけてください。		

学園児と親御さん1名以外で参加される人数を教えてください。

子ども 人 ・ 大人 人



しめきりは
9月29日だよ♪



店頭に秋のみのりが並び、目も鼻も刺激されるめぐみの秋到来♪。
 地産地消で子ども達の五感を刺激し、おうちの方のおいしいそうに食べる姿や「おいしいね～」を聴いて、興味を持ったり、匂いをかぎたくなったりと、お子さん自らが発信する食欲を大切にしたいものです。

お知らせ 後期内科健診を行います。
 ☆もも・みどりグループ
 ☆きいグループ

10月 6日(金) 13:00~13:30
 10月 13日(金) 13:00~13:30

嘱託医のわんぱくキッズの先生に子どもの健康状態を診ていただきます。春の時、母子検診だったももグループさんにとっては、はじめておともだちと受ける健診ですね。結果は後日お知らせします。

最近の病気の傾向



- ・現在、感染症で流行しているものは特にありません。
- ・季節の変わり目に伴い、せき・鼻水・発熱などの症状がみられる風邪が出始めています。今後涼しくなって、朝晩と日中の温度差で体調を崩すことも増えてきます。早寝早起きをしてからだを休める、朝ごはんをしっかり摂るなど生活リズムを整えて、体調管理に気をつけていきましょう。

お願い



これから風邪をひきやすい時期になります。
 お薬を持って登園する場合、以下のことをもう一度確認してください。

- * 水薬は名前を書いた容器に一回分を入れ持たせて下さい。
- * 粉薬は袋に直接名前を書いてわかるようにして下さい。
- * 家庭で飲ませる時の工夫も教えて下さい。



発達支援広場

たんぽぽ広場（1歳～就園前）

日程：10/12、19、26
 ねらい：友達と楽しくあそぼう
 スタッフとお話しよう
 活動：お話会（月1回）、音楽あそび

親子教室（1歳～就園前）

日程：10/3、4、6、11、13、17
 18、20、24
 ねらい：秋を感じる
 交代、順番できるかな
 活動：ミニ運動会、お話会、遠足



総合防災訓練報告



9月1日(金)総合防災訓練を行いました。今年度は「大地震発生、その時わたしはどの様に動くかを考える」とテーマを設け訓練に臨みました。

登園した子ども達を「おはようございます！」といつものように出迎えた職員ですが、その姿を見た子ども達の表情は少々こわばっています。職員は皆、防災用のヘルメットを着用していたからです。

11時、大規模地震が発生したことを想定し園内放送が入ると、日頃の訓練を積み重ねた園児、職員は防災頭巾、ヘルメットを着用し頭を守ります。グラウンドまでの避難経路が安全であるか、それぞれのグループ職員が「その時」を意識して避難経路の安全を確認し各部屋の職員に伝えて回りました。中には防災頭巾を被ることを嫌がる子がいましたが、「その時」職員が帽子をかぶるように働きかけるとその子は納得して帽子をかぶり、その後はスムーズに避難ができました。



11時10分、グラウンドのテント内は気温31度、湿度18%。テント内には子ども達が好きなおもちゃや絵本等が備えられ子ども達は穏やかに過ごしています。ドリンクキーパーに用意した麦茶も適時口にしました。その後も仮設トイレでオシッコをする、職員の消火訓練を見るなどして、非常食のレトルトカレーを食べました。「おいしい!」と言う子ども達の声があちこちで聞こえ、おかわりをしている子も大勢いました。テント内での約1時間、子ども達はとても落ち着いて過ごすことができました。



「その時」訓練の途中で、子ども達が暑くないように発電機・扇風機を可動してくれたのは運転手さん、「その時」新任職員に「やったことがない人はやってみよう!」と呼びかけ、缶詰の缶切りを呼びかけたのは栄養士さんでした。午後になると職員は、棒と毛布を使用し急造担架を作成する等の応急救護訓練を行いました。講師の看護師が「その時」身近にあるもので、救護に関する物の利用・使用方法等をレクチャーしました。

ご家族皆様の「その時」はいかがだったでしょうか。引き渡し訓練にご協力いただきましてありがとうございました。お子さんと離れている時間の有事が最もご心配の募る時間になることと思います。今回の訓練を機に新たに気付かれた事、確認したい事などがありましたら忌憚のないご意見をお寄せ下さい。今後も職員一同、利用者皆様の安全を守るため、日頃の訓練を積み重ね防災対策の習熟に努めてまいります。



みどりグループにじいろクラブ



8月27日(土)みどりグループ1回目のにじいろクラブでした。参加家族は3家族でしたが、職員と、お母さん、お父さん、お兄ちゃん、妹ちゃんと、みんなで浜松城公園児童プールを楽しみました!



お父さんと一緒だよ♪

ママとすべるぞー!!



ぼくもわたしも、プールとママがだーいすき♡

子じか 中間報告

子じかグループは浜松市内の幼稚園・保育園・こども園に通いながら、15:00~16:30の時間で療育を受ける併行通園グループです。今年度は年少2グループ19名、年中2グループ33名、年長3グループ37名の計89名が利用しています。

活動内容	
15:00	子ども：先生と挨拶 出席シール貼り 自由あそび(年少) サーキット・課題(年中・年長) 保護者：今日の目標カード記入
15:20	静止レッスン(年長) はじめの会
15:30	主活動 造形、集団あそび、さんぽ、おやつ作り、リトミック 季節によって…水あそび、クリスマス会、豆まき会
16:00	おやつ

年少：新しい環境に慣れる、いろいろな活動を通して「楽しい」経験を重ねることをねらいとして取り組んできました。4月の頃は、はじめの会中に離席をしてしまう姿が見られましたが、回を重ねていく毎に椅子に座り続けられる子が多くなってきました。また、登園してくると「今日は何やる?まだやらないの~!」と主活動を楽しむに参加をする姿が見られています。後期は、友達と一緒に活動を増やし友達とのやりとりをする力等を育てていきたいと思っています。

年中：年中グループは活動を通してお友達とことばでのやりとりをすることをねらいにして半年間取り組んできました。始めの頃は恥ずかしくて友達の前に出るのを嫌がったり、何て言えばいいのかわ分からなくて黙ってしまう姿がありました。そんな時は職員が何て言ったらいいのかを伝えたり、一人では難しい時は職員や親御さんと一緒に言おうと誘ったりして、子ども達が「できた」と思えるように働きかけました。後期も引き続き「できた」という経験を重ねて子どもたちの自信へと繋げていきます。

年長：子ども同士が話し合ったり、一緒に活動の準備や片付けをすることを大切に活動しました。お部屋対抗のリレーは毎回白熱!子ども同士で応援し合ったり、コツを教えたり、様々な関わりが見ら

れます。

後期は、勝ち負けのある活動や子ども達が話し合いを主体に、子ども達によるクイズやフリートーク、集団あそびを行なっています。

隔回で保護者と職員によるお話会も行っています。お話会では、保護者同士、日々の悩みや、気になることを話し合う時間になっています。年少さんでは初めての集団生活でのこと、年中さんは幼稚園での友達との関わりや集団参加のこと、年長さんは就学に向けて話し合いをしています。お母さん達からは「同じ悩みの人の話を聞いて良かった」「学校に向けて〇〇さんのお家でしているような取り組みをうちでもやってみよう」等の声が寄せられています。





らいおん 中間報告

らいおんグループは、幼稚園や保育園に通いながら、週1回1日療育を受けるグループです。今年度は月曜(年中)8名・火曜(年中)8名・水曜(年長)9名・木曜(年長)8名・金曜(年少)16名の計49名が利用しています。

らいおんグループでは、身辺自立に重点を置きながら、集団で指示を聞いて動くことや相手に自分の気持ちをこたばやジェスチャーを用いて伝えること、身体づくり等を行っています。一人ひとりが「集団で発揮できる力」を目指し、スモールステップを踏んで取り組んでいます。各月、統一のテーマを決め、1ヶ月ごと取り組んでいます。ある月は楽器あそびを行いました。初めは、自信がなく前へ出ることを嫌がった子ども回数を積み重ねていくと、自信を持ち、最終日には「前で発表する！」と自ら言う姿が見られました。またお母さんには、学園と幼稚園や保育園の間に入ってもらい情報交換も行っています。

後期も、子ども達が楽しく集団生活を送れるよう、集団の中で自分の気持ちを表現できる力・聞いて動く力・自分で行動を組み立てる(計画し考える)力をつけていきます。



親子教室 中間報告

親子教室ねあらいは就園前の1歳から3歳までを対象とした親子通園グループです。現在火曜日2グループ、水曜日と金曜日に1グループずつあり、登録人数は50名、4月から8月までに延べ41回実施して302名の方が参加されています。

今年度も昨年同様、火曜日と水曜日は第三静光園かわせみ広場で行っています。今年度は、身体を動かすことが好きな子どもが多いので、主活動に入る前に音楽に合わせてふれあいあそびを行ったり、大型ソフトブロックを使って運動あそびを行い、子ども達の気持ちを発散してから主活動に移行することも行ってきました。その活動の中でも、順番を意識する・周りの子の様子を見るなどのねらいも入れながら活動を行っています。

参加当初、親御さん自身もお子さんにどのように関わったら良いか?など悩まれる方も多くいらっしゃいました。しかし、回数を重ねるごとに“親子間でどこまで頑張るかを決める”など、お子さんに親御さんから提案する姿が見られました。

親御さんが、ここまで一緒にやろう!と実際に行ってみせて下さることで、苦手なことにチャレンジできたり、最後までやりぬくこともできました。そのような働きかけにより子ども達の表情も良くなるなどの変化がみられてきました。今後も家でも取り組める方法を一緒にみつけるなど、個別面談やグループ活動の中でご家庭での様子をお聞きしながら活動をすすめていきたいと思えます。

夏以降、来年度の就園先をどこにするか決められた方も増えてきました。併行通園についての問い合わせもあります。まだまだ悩まれている方もいらっしゃいますので、それぞれのお子さんにあった就園先を決められるよう一緒に考えていきたいと思えます。



もも



プールおさめ



水に慣れる・顔に水をつけることを目標に取り組んできたプールも最終日を迎えました。初めは怖がっていた子ども、活動を行っていく中で、ワニ歩きを職員と一緒にいたり、フープくぐり等自分の好きなあそびを見つける事が出来ました。プール納めの日には子ども達はワニ泳ぎやフープくぐり、水しぶきをたくさんあげながら、プールでじっくり遊ぶことができました。最後には職員と一緒にプールの中に落ちているゼリーを探し、みんなで食べることが出来ました！プールに「来年もプールであそぼうね～」と手を振ってバイバイをしました。

きい

きいグループは8/31、8月の最後の日にプールおさめをしました。プールが大好きな子どもたちは最後の日も元気いっぱいあそびました☆きいグループになってからは、もぐるのもへっちゃら！お友だちと水をかけ合って笑顔になる子どもたちでした。プールが怖かった子ども今では自ら大プールに入れるようになりました。最後はみんなでゼリー拾いをしてプールとお別れしました。

気持ちいいよ～



プールももう
終わりかあ・・・



ゼリー拾いスタート！



みどり

9月6日みどりグループプール納めでした。あいにくのお天気で、当日はプールに「ありがとう」を言うのみでしたが、「さいご？」と寂しそうにする子ども、みんなで「ありがとう」とお礼を言ったり、バイバイと手を振ることが出来ました。写真は、今年子ども達ができるようになったことシリーズでお楽しみください♪



ゴーグルつけて顔つけ！



ワニ泳ぎも上手！

平成 29年 10月の予定献立表



日	曜	献立名	主要材料	熱量 kcal	
				蛋白質 g	脂肪 g 食塩 g
		ご飯(味付け海苔)	豚汁	胚芽米 味付け海苔 海老 小麦粉 パン粉 卵 ケチャップ ウスターソース	524
2	月	エビフライ マカロニきなこ	切干大根と胡瓜の胡麻和え スポロン	豚肉 大根 しいたけ ごぼう 人参 ねぎ 豆腐 味噌 ごま油 切干大根 胡瓜 ごま マカロニ きなこ	18.2 11.1 1.6
3	火	牛丼 野菜サラダ フルーツあんみつ	おでん 牛乳	胚芽米 和牛肉 玉ねぎ しらたき しいたけ 大根 人参 こんにゃく 昆布 ちくわ ウズラ卵 レタス 胡瓜 コーン ヨーグルト マヨネーズ あんこ 寒天 みかん パイン	547 14.9 22.1 1.9
4	水	ご飯 ごぼう入りハンバーグ りんご	味噌汁 小松菜胡麻和え ラブミー	胚芽米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ビーマン ごぼう 卵 脱脂粉乳 パン粉 ケチャップ えのき しめじ 豆腐 味噌 小松菜 ちくわ ごま りんご	514 17 12 1.8
5	木	食パン 魚のカレー揚げ 誕生日ケーキ	コンソメスープ ツナサラダ 牛乳	食パン イチゴジャム 白身魚 カレー粉 でん粉 玉ねぎ 人参 コーン ハム じゃがいも パプリカ 胡瓜 レタス ツナ ドレッシング ロールちゃん 生クリーム みかん チョコ	501 17.9 20.9 1.7
6	金	醤油ラーメン カニ玉 野菜ホットケーキ	ミニマト アシドミルク	中華めん 焼き豚 しなちく なると コーン ラーメンスープ ねぎ 卵 カニカマ カニ たけのこ 玉ねぎ ケチャップ グリンピース ミニマト 小麦粉 野菜ジュース パター 卵	513 19.1 9.6 2.2
10	火	チャーハン ホウレンソウソテー クラッカー	わかめスープ ミニマト アシドミルク	胚芽米 卵 焼き豚 白ねぎ パプリカ ごま油 ホウレンソウ 海老 コーン パター わかめ ミニマト	493 14.8 11.9 1.6
11	水	ご飯(納豆) さんまかば焼き ビスコ	味噌汁 ひじきナムル りんごジュース	胚芽米 納豆 さんま 生姜 でん粉 大根 玉ねぎ えのき 油揚 味噌 ひじき もやし 胡瓜 人参 ごま油	530 15.1 17.9 1.5
12	木	ご飯(しらす) 豚肉の味噌焼き おからクッキー	味噌汁 切干大根ナポリタン ラブミー	胚芽米 しらす干し ぶたにく 味噌 ごま 白菜 ねぎ わかめ 切干大根 ウインナー 玉ねぎ ビーマン 人参 ケチャップ ウスターソース おから 小麦粉 豆乳 パター	508 18.2 16.1 2.4
13	金	おにぎり 鶏の唐揚げ ウインナー たまご焼き	フライドポテト ミニマト ゆでブロッコリー 枝豆 ぶどう ミニゼリー ジュース	胚芽米 ふりかけ 焼き海苔 鮭フレーク たらこ 梅干し 昆布 鶏肉 生姜 でん粉 ウインナー 卵 人参 ツナ ブロッコリー 枝豆	519 17.8 17.1 1.2
15	日	おにぎり 鶏の唐揚げ ウインナー たまご焼き	フライドポテト ミニマト ゆでブロッコリー 枝豆 ぶどう ミニゼリー ジュース	胚芽米 ふりかけ 焼き海苔 鮭フレーク たらこ 梅干し 昆布 鶏肉 生姜 でん粉 ウインナー 卵 人参 ツナ ブロッコリー 枝豆	519 17.8 17.1 1.2
17	火	ご飯 ヒレカツ ミルクプリン	もやしスープ マカロニサラダ 野菜ジュース	胚芽米 豚ヒレ肉 小麦粉 卵 パン粉 ケチャップ ウスターソース もやし ベーコン パセリ マカロニ 胡瓜 人参 ハム レタス コーン マヨネーズ	527 18.5 16.6 1.4
18	水	きのこご飯 里芋と厚揚げの煮物 プリン	カニカマスープ ゆで卵 牛乳	胚芽米 人参 しめじ えのき しいたけ ちくわ 豆腐 カイワレ大根 大根 里芋 厚揚げ さやいんげん ごま油 卵	508 19.6 15.7 1.7
19	木	栗ごはん ブリ照り焼き キウイフルーツ	味噌汁 野菜の胡麻マヨ和え ラブミー	胚芽米 栗 ブリ 生姜 さやいんげん れんこん 人参 ごま マヨネーズ じゃがいも ねぎ わかめ 味噌 キウイフルーツ	504 16.3 13.4 2.4
20	金	ハヤシライス 春雨の和え物 白玉団子	たまごスープ アシドミルク	胚芽米 じゃがいも 人参 玉ねぎ 和牛肉 ハヤシルウ 脱脂粉乳 卵 カブ ベーコン パセリ 春雨 トマト 胡瓜 コーン ゴマ油 白玉粉 あんこ きな粉	537 13.5 11.7 2.2
23	月	ご飯(ふりかけ) さば塩焼き 星せんべい	味噌汁 南瓜おかか煮 胡瓜ナムル いちご牛乳	胚芽米 ふりかけ 鯖 南瓜 花かつお 豆腐 わかめ ねぎ 人参 ふ 味噌 胡瓜 ごま ごま油	512 19.6 12.3 2.4
24	火	焼きそば パンキンサラダ ヨーグルト	中華スープ ミニマト 牛乳	焼きそば麺 豚肉 人参 ビーマン キャベツ 桜エビ ウスターソース 花かつお しいたけ えのき 玉ねぎ ハム 卵 ねぎ ごま油 ミニマト 南瓜 胡瓜 コーン マヨネーズ	509 18.4 14.4 2.5
25	水	食パン ポークビーンズ 豆乳チョコプリン	クリームシチュー ゆでブロッコリー 牛乳	食パン イチゴジャム じゃがいも 大豆 豚肉 玉ねぎ パプリカ オリーブ油 ケチャップ ウスターソース 鶏肉 人参 ホウレンソウ しめじ 脱脂粉乳 小麦粉 パター 牛乳 ブロッコリー 豆乳 ココア ゼラチン	497 19.4 16.4 2.2
26	木	ご飯 鶏ごぼう味噌がらめ オレンジムース	味噌汁 フライドポテト 牛乳	胚芽米 鶏もも肉 でん粉 ごぼう 人参 こんにゃく さやいんげん ごま 白菜 油揚 ねぎ 味噌 生クリーム 牛乳 オレンジジュース ゼラチン フライドポテト	524 15.1 15.1 1.2
27	金	遠 足			
30	月	チキンカレー ひじきサラダ りんごゼリー	もやしスープ ミニマト 牛乳	胚芽米 じゃがいも 鶏肉 人参 玉ねぎ コーン 脱脂粉乳 カレールウ もやし ベーコン パセリ パプリカ 胡瓜 レタス ツナ ひじき ドレッシング ミニマト	542 15.5 15.5 2
31	火	セルフサンドパン (ウインナー、焼きそば) バナナ	コーンスープ チーズサラダ 牛乳	ロールパン ウインナー 焼きそば麺 豚肉 人参 ビーマン キャベツ ウスターソース 花かつお コーン しいたけ 卵 ねぎ でん粉 胡瓜 パセリ チーズ ハム ドレッシング バナナ	491 16.2 20.4 2.5

食 育

父親参観会



学園でいつも出しているサラダのドレッシングの基本的な作り方を紹介します。
とても簡単なので、ご家庭でアレンジしてたくさん野菜を食べてください。

ドレッシングの作り方

材料	サラダ油	大さじ3
	酢	大さじ3
	砂糖	大さじ2
	食塩	少々



- ① ボウルに酢を入れる
- ② サラダ油を少しずつ加えながら、よく混ぜる
- ③ 砂糖、塩、コンショウで味を整える

* 基本のドレッシングに醤油、ゴマ油、すりごま、オリーブオイルなどを加えると色々な味を楽しめます。



※ 13日(食育)は、お弁当箱を持ってきてください。

※ 15日(父親参観会)は、お弁当箱を持ってきてください。

9月のおやつ作り

みどりグループ：さつまいもを使っておやつを作ろう！（さつまいも・砂糖・塩・こめ油）

「親子で楽しむ音楽講座」

第1回 10月7日 「からだ音楽」

手拍子、足踏み、声など、身体は全部楽器です。自分を震わし、自分を鳴らしてみましょ。原始人のコミュニケーションみたいな面白い音楽になるかも！

第2回 10月8日 「自宅でできる音あそび」

日用品や百均のオモチャなど、どこにでもある物を使って、いろんな音あそびを考案して、皆でやってみましょ。子どもたちのアイデアから学べるチャンス！

第3回 12月9日 「ピアノであそぼう」

達人片岡祐介と一緒に、ピアノの即興連弾を体験しましょ。どんなにデタラメに弾いても音楽にしちゃいます。大人の方にはちょっとしたコツも伝授。楽譜は使いません。

第4回 12月10日 「デタラメ大合奏の日」

音が重なれば、なんでも音楽になります。音の広場、音のプールで思いきり遊ばましょ。ストレス発散にもどうぞ。

片岡祐介（音楽家）

子どもの頃から作曲や即興演奏に興味を持ち、木琴やピアノの演奏を自己流で始め、東京音楽大学で打楽器を学ぶ。映画やコマーシャル音楽での経験を積んだ後、97年から2000年まで、岐阜県音楽療法研究所にて研究員として勤務し、障害児者との演奏共演を多数行う。マリンバのソロコンサートなど、ジャンルに拘らない演奏活動の他、音楽療法士のための実践的な講座や、幼児から高齢者まで幅広い人を対象に即興演奏のワークショップも行っている。おとぼけキャラで、おどり好き。

親子で楽しめます。ぜひご参加下さい。参加されたい方は、9月29日までに生活記録表でお知らせください。

