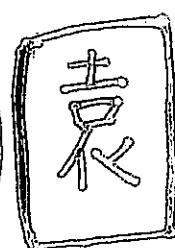
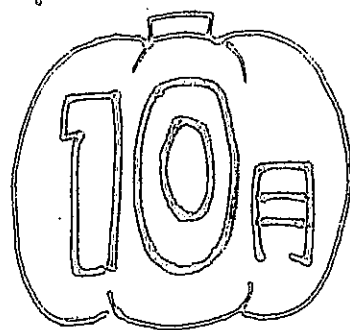


令和7年度



認定こども園 洛北幼稚園

TEL: 075-491-0457

FAX: 075-491-0480

一時保育: 075-491-0470

爽やかな風が心地良く、秋の訪れを感じる季節となりました。10月は、運動会や芋ほり遠足など子ども達が楽しみにしている行事があります。「運動会の練習どんなことをしているの?」と聞くと、「組体操!」「バルーン!」と元気に答えてくれ、本番を心待ちにしているのが伝わってきました。練習が終了後は、体を動かした分、給食やおやつをしっかり食べていました。子ども達が当日、元気に迎えられるよう、日々の給食で支えていきたいと思います。



保育目標



- こりす**・秋の自然に触れながら心地良く過ごす。
・身体を動かす楽しさを知る。
- りす**・歩く、走る、登る、ぶら下がる等の動きを取り入れた遊びを楽しむ。
・秋の自然の中で伸び伸びと探索活動を楽しむ。
- うさぎ**・行事を通して友達や保育者と一緒に達成感を味わう。
- ちゅうりっぷ**・運動遊びや散歩を通して体力をつけ、元気に活動する。
- たんぽぽ**・友達と力を合わせて表現したり、協力する喜びを味わう。
・秋の自然に親しみ、自然物に興味を持つ。
- ひまわり**・自分の力を十分に発揮して、自信に繋げる。
・身近な秋の自然や事象を見て、触れる事を楽しむ。
- 給食室**・友達と一緒に食べる楽しさを見つける。

行事予定	
3日(金) 運動会リハーサル2回目	16日(木) 令和8年度集合型方言見学(1回目)
11日(土) 運動会	23日(木) 令和8年度集合型方言見学(2回目)
15日(水) 幼児芋ほり遠足(静原、御所)	31日(金) 保護者会イベント
→ 予備日 21日(火)	
にこにこガーデン	

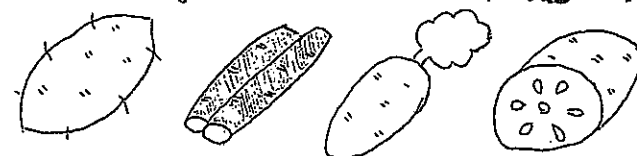


噛む力が自然と身につくような南犬立を考えています!

私たちは、子ども達が噛む力を身につけられるよう、給食に弾力や噛みごたえのある食材を取り入れています。よく噛むことは“消化を助ける”“虫歯を予防する”“集中力を高める”“食べ過ぎを防ぐ”など良い効果がたくさんあります。今後も子ども達が食べる楽しみを感じながら、噛む力を育める給食を作っていきます。

秋におすすめの栄養アップ・かみかみ食材を紹介します!!

根菜類(さつま芋・ごぼう・人参・蓮根)



根菜類は食物繊維が豊富でお腹の調子を整えます。煮物やきんぴらで噛みごたえを残すように調理すると自然と噛む回数が増えます。

南瓜・栗・りんご・柿・梨



βカロテンやビタミンCで風邪予防に効果的で免疫力を高めます。南瓜や栗はホクホクとした食感で満足感が得られ、りんご、柿、梨はシャキシャキとした食感が噛む習慣につながります。

きのこ類(しめじ・エリンギ・舞茸・椎茸)



丈夫な骨作りに欠かせないビタミンDが含まれています。火気込みご飯や炊き込みスープにすると噛みごたえが楽しめます。

健康のため咀嚼回数は“ひと口につき30回”が理想とされています。30回噛むことは、意識しないとなかなかできませんが、よく噛むことで“消化が良くなり食材をじっくり味わえます!”ぜひご家庭でも数えながら、食事を楽しんで下さい!

