

# 令和7年度

# 回覧



出雲サンサン保育園子育て支援事業

# “サンサンへ行こう!!”

2025年10月

長い夏が終わり、やっと秋らしい季節がやってきました。出雲サンサン保育園の子どもたちは、元気いっぱい体を動かしながら秋の自然にも親しんでいます。これからは落ち葉拾いやどんぐり集めなど、この季節ならではの遊びも楽しみにしているようです。

今月は子どもたちの季節の変化を楽しむ、そんな日常の一コマをお届けします。

## 📷 あき のはじまりワンショット集 🍁



5月に田植えをした稲は、黄金色の粳をたくさんつけて実りの季節を迎えました。自然の恵みと地域の方々の協力に感謝しながら、子どもたちと収穫を味わいました。



畑で秋の産物を収穫！力を合わせて“さつまのおいも”を抜きました。子どもたちの手には土のぬくもりと収穫の喜びがいっぱい。



異年齢のクラスで真幸ヶ丘公園までお散歩！道路を歩く時、小さいクラスのお友だちの手を引いて、大きい子は「大丈夫だよ」と声をかけながら、小さい子も安心した表情で歩いていました。公園のお地蔵さんに一緒に手を合わせたり、異年齢での関わりが、子どもたちの優しさを育てています。



園庭でお弁当！「お外で食べるとおいしいね！」と嬉しそうに話す子どもたち。お弁当からも秋の思い出が一つ増えました。



10月のサンサンへ行こう！

～ Halloween を楽しもう！～

お気に入りのコスチュームを着て Halloween を一緒に楽しみましょう。

日時：10月30日(木)9:30～10:30

持ち物：水筒

※お気に入りのコスチュームを着てきてください。

来月は、11月13日(木)の予定です。



☆参加希望の方は、保育園までご連絡ください。

ホームページも是非ご覧ください





# 子育て相談の日

〈相談日〉

★ 第1・第3木曜日 9:15~15:00

★ 土曜日（事前に連絡してください）

\*上記以外でも気軽にお電話ください

☎ 0853-43-7033

★神西ふれあい子育てサロン  
『すくすく相談日』に保育園の職員も出向く予定です。気軽に声をかけてください。



長く厳しかった残暑がいつの間にか過ぎ去り、秋の訪れを感じるようになりましたね。この時期は、真夏の太陽の日差しをたっぷり浴びて、大きく生長した大地からの恵みである“果物・野菜・新米”の美味しい時期です。今月は、秋の味覚の代名詞である“さつまい芋”を使った、保育園の子どもたちが大好きなおすすめレシピをご紹介します。



### さつまい芋の効能

豊富に含まれる食物繊維による便秘解消や腸内環境改善、カリウムによるむくみ改善や高血圧予防、ビタミンCによる免疫力向上などが期待されます。

### さつまい芋の保存方法

乾燥と低温に弱いため、新聞紙に包んで涼しい場所（室温）に保管しましょう。冷蔵庫に入れると、低温障害がおこります。

## 豚肉と根菜のきんぴら



秋野菜の味覚がたっぷり!いろいろな食感も楽しめます。

材料	分量	作り方
豚もも肉スライス	100g	① 豚もも肉は一口大、人参は薄い半月切、れんこんとさつまい芋は薄い半月切にして水にさらします。ごぼうは斜め薄切りにして水にさらします。
人参	60g	
れんこん	70g	
さつまい芋	200g	
ごぼう	150g	② フライパンにごま油をひいて豚肉を炒め、焼き色がついたら一旦取り出します。
濃口醤油	大さじ1.5	
砂糖	A 大さじ1	③ ②のフライパンにごま油を加え、野菜を入れて弱火で炒め、火が通ったら豚肉を合わせます。
みりん		
ごま油	大さじ1	④ Aを入れて調味します。 ※ 野菜が固い時は、少し水を入れて水気が無くなるまで煮ます。

## 大豆の甘辛揚げ



さつまい芋の甘味と大豆のカリカリとした食感に、箸がとまりません。

材料	分量	作り方
さつまい芋	200g	① さつまい芋は1cm角に切り、水にさらしておきます。
蒸し大豆	150g	
片栗粉	大さじ2	② 大豆は流水でよく洗って水気を拭き取り、片栗粉をまぶします。
揚げ油	適量	
砂糖	A 大さじ1~2	③ ①と②をそれぞれ揚げ油で揚げます。
濃口醤油		
いりごま	適宜	④ 鍋に A を入れて煮立たせてから、③を入れて全体にからませます。