



入園・進級から早くも2ヶ月が経ち、すっかり園生活に慣れた子どもたち。保育士の声掛けのもと、身支度をしたり、好きな遊びを楽しむ姿を見て、安心して生活できている様子がわかり、嬉しく思います。

6月に入り、梅雨の気配が感じられるようになってきました。気温や湿度が上がると心配される熱中症。園では、快適な室温湿度の管理やこまめな水分補給、適度な休息などを徹底し、熱中症に注意しながら安全に保育をしていきます。

1	月	体操教室 / 英語教室	16	火	絵画教室
2	火	公開絵画教室 (幼児組)	17	水	
3	水		18	木	歯科検診
4	木		19	金	
5	金		20	土	保育参観と試食会 (桜組)
6	土		21	日	
7	日		22	月	体育教室 (菫組以上) 英語教室
8	月	体育教室 (菫組以上) 英語教室	23	火	絵画教室 水遊び開始
9	火	絵画教室 安全生活指導	24	水	
10	水		25	木	誕生会
11	木	避難訓練	26	金	
12	金	名古屋市科学館 (紫陽花組)	27	土	
13	土		28	日	
14	日		29	月	体育教室 / 英語教室
15	月	体操教室 / 英語教室	30	火	絵画教室



今月のねらい

たんぼぼ組

- ・安心感をもちながら、基本的な生活習慣に親しむ。
- ・興味のある玩具や素材に触れ、五感を使って楽しむ。

桃組

- ・梅雨の時期の身近な自然に触れながら、健康に過ごす。
- ・保育士に見守られながら、好きな遊びを楽しむ。

菫組

- ・毎日の流れを理解し、身の回りのことをしようとする。
- ・保育士や友達との遊びの中で、簡単な言葉のやりとりを楽しむ。

桜組

- ・保育士の話を聞き、簡単な約束を意識して過ごす。
- ・水や泥、自然物に触れながら、感触遊びを楽しむ。

向日葵組

- ・梅雨の時期の健康や衛生に留意し、快適に過ごす。
- ・様々な友達と一緒に遊んだり、やり取りすることを楽しむ。

紫陽花組

- ・梅雨時期の気候の変化を感じながら、自分の体調に気づき、身の回りを整えて気持ちよく過ごそうとする。
- ・雨の日の遊びや自然物に興味をもち、自分なりに感じたことを表現しながら遊ぶことを楽しむ。

園からのお願い

髪の毛を縛るヘアゴムは、怪我やトラブル防止のために飾りのないものを使用してください。ご協力をお願いします。

来月の予定

7日 (火)七夕会
25日 (土)夏祭り
30日 (木)誕生会

今月の歌

♪時計のうた
♪ふしぎなポケット



蒸し蒸しとした季節がやってきました。6月は気温と湿度が高く、子ども達が熱中症になりやすかったり、食欲がなくなってきたりする時季です。給食では梅干しの酸味や爽やかさで食欲をそそったり、冷たいフルーツ寒天でひんやり気分を盛り上げたり、なめことめかぶのじゃこ和えのようなつるんとした食感のおかずで、食べやすさなどを工夫しています。

6月の給食に登場する旬の食材は、茄子・しそ・アスパラ・梅・モロヘイヤ・メロン・冬瓜・ブルーベリー・鰯などです。今月は『夏越の祓え』があるため、厄除けの意味合いで昔から食べられていた『水無月』も登場します！

「水無月」のレシピ



【材料】	約 4～5 人分	【作り方】
葛粉	45g	1. ポウルに粉類と砂糖を入れ、分量の水を少しずつ加えて、よく混ぜ合わせる。
白玉粉	30g	2. 流し缶などに生地を流し入れ、甘納豆を散らしたら、蒸し器で15～20分蒸す。
上新粉	100g	3. 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし、包丁で三角形に切ったらできあがり！
砂糖	42g	
水	290cc	
小豆甘納豆	50g	

★0～2歳児に提供する水無月は、寒天で作ったものになります。

6月は気温と湿度が高く、熱中症と同じくらい食中毒のリスクが高まる時季です。ご家庭でも食中毒予防の三原則を意識してみてくださいね。

6月は食中毒に注意！

食中毒予防の三原則

毎日の食事を安心・安全に楽しむために、3つのポイントを守りましょう！

① つけない
手をしっかり洗いましょう

石けんでていねいにあらおうね！

調理の前・食事の前・トイレの後には必ず手を洗いましょう。

② ふやさない
食材はすぐに冷蔵庫へ

早めに冷蔵庫にいれよう！

常温で放置せず、冷蔵(10℃以下)で保存しましょう。

③ やっつける
しっかり加熱しましょう

中までしっかり火を通そう！

中心部まで十分に加熱することで、細菌やウイルスをやっつけます。

ご家庭でも、三原則を意識して家族みんなで食中毒を予防しましょう！

5月の食育報告



- ✔ パン屋さん(紫陽花組)
- ✔ 遠足ごっこでお弁当(桜・向日葵・紫陽花組)
- ✔ 玉葱収穫・試食(向日葵組)
- ✔ お茶会(紫陽花組)
- ✔ 6月の味噌汁プロジェクト(紫陽花組)

6月の味噌汁に入れる野菜が決定！

- ① たまねぎ
- ② きゅうり
- ③ じゃがいも

☆ 報告カードが給食室前に貼ってあるので、選んだ理由もみてね！

令和8年度 6月給食献立表(幼児食)



日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつ材料
1	月	ツナとひじきの混ぜご飯	精白米 だし汁 ツナ ひじき 人参 しめじ 油揚げ 水煮大豆 醤油 みりん	1	月	ココアバナナケーキ	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 牛乳 サラダ油 三温糖 バナナ 純ココア
16	火	冬瓜ともずくのスープ	冬瓜 人参 もずく オクラ だし汁 鶏がらだし 塩	16	火	牛乳	牛乳
2	火	ごはん 肉豆腐	精白米 豚もも 木綿豆腐 玉葱 しめじ 人参 だし汁 醤油 三温糖 料理酒	2	火	フルーツ寒天	粉寒天 グラニュー糖 みかん缶詰 黄桃缶詰 パインアップル缶詰
17	水	もやしの梅おかか和え	りょくとうもやし キャベツ 梅干し 鰹節 しそ	17	水	牛乳	牛乳
3	水	ごはん 豚肉のもやし炒め	精白米 豚もも りょくとうもやし 人参 なら しめじ にんにく 生姜 醤油 料理酒 三温糖 ごま油	3	水	3日ツナサンド 20日ジャムサンド	食パン ツナ キャベツ マヨネーズ 食パン いちごジャム
20	土	なめこめかぶのじゃこ和え	なめこ 絹ごし豆腐 めかぶ しらす干し ゆかり	20	土	牛乳	牛乳
4	木	ごはん 茄子とがんもの煮物 アスパラの納豆サラダ	精白米 がんとどき 鶏もも 人参 茄子 オクラ だし汁 醤油 三温糖 みりん ひきわり納豆 醤油 コーン缶詰 キャベツ アスパラガス マヨネーズ	4	木	五平餅	精白米 もち米 赤味噌 三温糖 みりん いりごま
18	木	アスパラの納豆サラダ		18	木	牛乳	牛乳
5	金	ロールパン コーンクリームスープ ヨーグルト	ロールパン ベーコン じゃが芋 人参 玉葱 豆苗 コーン缶詰(ホール・クリーム) ブイヨン 塩 牛乳 コーンスターチ ヨーグルト	5	金	ビスケット メロン 牛乳	ギンビスアスパラガス メロン 牛乳
19	金	ヨーグルト		19	金	牛乳	牛乳
6	土	五目ごはん 豆乳味噌汁	精白米 だし汁 醤油 みりん 鶏ひき肉 油揚げ 人参 牛蒡 しめじ 厚揚げ じゃが芋 キャベツ 人参 えのきたけ 葱 だし汁 調整豆乳 赤味噌	6	土	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
8	月	ごはん 厚揚げとじゃが芋の肉味噌かけ キャベツの塩昆布和え	精白米 厚揚げ じゃが芋 人参 鶏ひき肉 赤味噌 三温糖 みりん だし汁 玉葱 干し椎茸 片栗粉 キャベツ りょくとうもやし 塩昆布	8	月	焼きそば 牛乳	中華めん 豚もも キャベツ 青ピーマン 人参 ウスターソース 牛乳
9	火	ハヤシライス	精白米 豚もも じゃが芋 玉葱 人参 しめじ ハヤシルウ	9	火	お麩ラスク	焼き麩 有塩バター グラニュー糖
22	月	コールスローサラダ	キャベツ 人参 胡瓜 コーン缶詰 マヨネーズ りんご酢 塩 三温糖	22	月	牛乳	牛乳
10	水	ごはん 鰹のおろし煮 新じゃがのそぼろ煮	精白米 鰹 大根 醤油 料理酒 生姜 じゃが芋 人参 鞘隠元 鶏ひき肉 だし汁 醤油 片栗粉	10	水	かにぼん 牛乳	かにぼん 牛乳
11	木	とうもろこしごはん 肉団子とモロヘイヤのスープ	精白米 とうもろこし 塩昆布 豚ひき肉 玉葱 生姜 醤油 料理酒 片栗粉 人参 玉葱 モロヘイヤ オクラ だし汁 鶏がらだし 塩	11	木	マカロニかりんとう	マカロニ サラダ油 黒砂糖
24	水	チーズ	チーズ	24	水	牛乳	牛乳
12	金	食パン スラッピージョー ヨーグルト	食パン 豚ひき肉 玉葱 人参 青ピーマン トマトケチャップ ウスターソース じゃが芋 塩 ヨーグルト	12	金	せんべい メロン 牛乳	ぱりんこ メロン 牛乳
26	金	ヨーグルト		26	金	牛乳	牛乳
13	土	ころきつねうどん 小魚スナック バナナ	うどん 油揚げ 人参 りょくとうもやし 胡瓜 だし汁 醤油 三温糖 みりん 塩 ごま入り味付けいりこ バナナ	13	土	小倉サンド 牛乳	食パン こしあん 牛乳
27	土	バナナ		27	土	牛乳	牛乳
15	月	ごはん 鰹の照り焼き 高野豆腐の含め煮	精白米 鰹 醤油 みりん 高野豆腐 人参 鞘隠元 干し椎茸 だし汁 醤油 みりん 三温糖	15	月	スナックパン 牛乳	スナックパン 牛乳
29	月	高野豆腐の含め煮		29	月	牛乳	牛乳
23	火	ごはん 鰹のおろし煮 6月の味噌汁	精白米 鰹 大根 醤油 料理酒 生姜 玉葱 胡瓜 じゃが芋 だし汁 合わせ味噌	23	火	焼きそば 牛乳	中華めん 豚もも キャベツ 青ピーマン 人参 ウスターソース 牛乳
25	木	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ	精白米 豚ひき肉 木綿豆腐 玉葱 塩 片栗粉 トマトケチャップ ウスターソース マカロニ キャベツ 胡瓜 人参 ツナ マヨネーズ	25	木	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップクリーム ブルーベリー パインアップル缶詰 牛乳
30	火	ごはん 厚揚げとじゃが芋の肉味噌かけ キャベツの塩昆布和え	精白米 厚揚げ じゃが芋 人参 鶏ひき肉 赤味噌 三温糖 みりん だし汁 玉葱 干し椎茸 片栗粉 キャベツ りょくとうもやし 塩昆布	30	火	水無月(以上児) 寒天水無月(未満児) 牛乳	くず粉 白玉粉 上新粉 三温糖 小豆甘納豆 牛乳 粉寒天 三温糖 小豆甘納豆 牛乳



保健だより 6月

植園清涼保育園



新年度が始まって2ヶ月が経ちました。早いもので梅雨の季節になりますね。温度・湿度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、もっとも体調を崩しやすい時期でもあります。過ごしやすい環境作りに配慮し、元気に過ごしましょう！



☆6月4日は虫歯予防デーです☆



歯磨きの習慣はついていますか？虫歯予防には何といたっても歯磨きが第一歩です。保育園では幼児クラスは昼食後に全員で歯磨きを行っています。ご家庭でも食事の後には歯磨きの習慣をつけ、最後は必ず大人が仕上げ磨きをするようにしましょう。また、定期的に歯科を受診して虫歯がないかチェックしてもらいましょう。その他にもバランスの良い食事をする事で糖質の摂り過ぎは抑えられます。歯に良いとされているカルシウムも意識して摂取するようにしましょう。また、規則正しい生活習慣も虫歯の予防につながります。生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は体の機能が低下し、抵抗力が弱まるなど、体のあらゆる面に悪影響を及ぼします。規則正しい生活をして、丈夫な歯を育てましょう。



食中毒に注意しましょう！

ジメジメ湿度が高くなり、雑菌が繁殖しやすい環境が整うこの時期は食中毒が起こりやすいです。食中毒と聞く飲食店での食事が原因と思われるがちですが、ご家庭の食事でも発生します。今の時期はそれほど暑くないので油断していることもあり、食中毒を起こすリスクが高まります。食品の取り扱いには十分注意しましょう。

食中毒予防の三原則

①つけない

手と調理器具はいつも清潔にしましょう。手洗いの徹底、食品を区別して保存・調理する、包丁・まな板・ふきんなどの殺菌をこまめに行いましょう。



②増やさない

食品は素早く調理して早めに食べましょう。調理中の食品、残り物を放置しない、個々の食品に合った温度管理を心掛けましょう。



③やっつける

食品は中までしっかり加熱しましょう。中心部が75℃で1分以上加熱、お弁当などはすぐに食べないものはすぐに冷却しましょう。



お知らせ

6月18日（木）10時より歯科検診を行います。朝食後、歯磨きをしてから登園するようにしてください。

