



# 園だより 7月

植園清凉保育園

汗ばむような日が続き、夏の訪れを感じるこの頃。七夕に水遊び、夏祭り  
と夏の行事を楽しみにしている子ども達です。

7月1日から水遊びがスタートします。乳児クラスは月・金曜日、幼児  
クラスは火・木曜日が水遊びになりますので、準備等よろしくお願ひします。

今月もどんどん暑くなっていきますので、熱中症対策をしっかり行い、子  
ども達と元気に過ごしていきたいと思ひます。

1	月	体育教室（幼児組） 水遊び開始
2	火	絵画教室
3	水	
4	木	
5	金	英語教室、七夕会
6	土	
7	日	
8	月	体育教室（菫組以上）
9	火	絵画教室 安全生活指導
10	水	
11	木	避難訓練
12	金	英語教室
13	土	
14	日	
15	月	海の日
16	火	絵画教室

17	水	プラネタリウム見学 (紫陽花組)
18	木	
19	金	英語教室
20	土	
21	日	
22	月	体育教室（菫組以上）
23	火	絵画教室
24	水	
25	木	
26	金	英語教室
27	土	夏祭り (保育は13時まで)
28	日	
29	月	体育教室（幼児組）
30	火	絵画教室
31	水	誕生会

## 今月のねらい

### たんぽぽ組

- ・保育士に見守られながら、安定した生活リズムを過ごす。
- ・水遊びを通して、水の感触や冷たさ等を味わいながら遊ぶ事を楽しむ。

### 桃組

- ・簡単な食事のルールを身につけていく。
- ・友達や保育士と関わりながら、水遊びや夏祭りなど夏の遊びを楽しむ。

### 菫組

- ・暑い夏を健康に過ごす。
- ・水の心地よさを感じ、水遊びなど夏ならではの遊びを楽しむ。

### 桜組

- ・水遊びの用意や汗の始末など夏の生活の仕方を知り、自分でやろうとする。
- ・夏ならではの遊びや水遊びを保育士や友達と一緒に楽しむ。

### 向日葵組

- ・暑さに負けず、体を動かし、健康に過ごす。
- ・水遊びなどの感触遊びに興味を持って参加し、楽しむ。

### 紫陽花組

- ・生活に見通しを持ち、自分で考えて行動する。
- ・季節の行事を楽しみ、文化に親しみをもつ。

## 園からのお願い

☆水遊びカードには必ず○×の記入をお願い致します。

記入がない場合は水遊びに参加することができません。また、水着・タオル等必ず記名をお願い致します。

### 来月の予定

8月13日(火)～16日(金)

夏季保育の為就労証明が必要です。

24日(土)向日葵組の保育参観と試食会

28日(水)誕生会

31日(土)デイキャンプ(紫陽花組)

13:00までの保育にご協力お願いします



## 今月の歌

♪水あそび  
♪おつかいありさん





給食室では、年間行事に合わせて行事食を作っています。行事にちなんだ献立とし、切り方や盛りつけ方を工夫しています。7月7日は七夕で、保育園では5日に七夕会を行います。今回は、星形がたくさん七夕の行事食レシピを紹介します。

## 『七夕素麺汁』のレシピ



<材料>こども 2 人・大人 2 人分 <作り方>

そうめん	40 g	①	人参は星形でくり抜き、冬瓜はさいのめにする。また、オクラ・ヤングコーンは小口切りにしておく。
人参	65 g	②	そうめんは 1/4 長さにして、表記時間通り茹でておく。
冬瓜	105 g	③	鍋で鶏挽肉を炒め、火が通ったら人参、だし汁を入れる。
オクラ	30 g	④	煮立ったら、冬瓜、オクラ、ヤングコーンの順で加える。
ヤングコーン	15 g	⑤	野菜が柔らかくなったら調味料を加え、ひと煮立ちさせる。
鶏挽肉	25 g	⑥	お椀にそうめんを入れて、④の汁をかけたら出来上がり！
だし汁	550 g		
醤油	小さじ 2		
塩	1 g (小さじ 1/6)		

☆素麺で天の川を作り、星形の人参、オクラ、ヤングコーンを飾ることで七夕を感じられるようにしています。

## トマトと豆腐のサラダ



### 今月の献立 pick up★

夏野菜（トマト、オクラ、大葉）と豆腐を使った「トマトと豆腐のサラダ」は栄養もたっぷりで、夏バテ予防にも効果的です。酢と鰹節が入っているので、さっぱりと食べられるのにうま味もしっかりあって、箸がすすみます。愛知県が生産量 1 位の大葉が入っているのもポイントです！

## とうもろこし

旬の「とうもろこし」は太陽の恵みがたっぷりですととてもおいしいですね。園では子ども達に皮むきのお手伝いをしてもらい、おやつに提供しています。皮むきをしながら、おもしろいこと、不思議なこと、いろいろな発見があるかもしれません。

☆絵本をご紹介☆

『とうもろこしぬぐぞう』…ぬぐぞうさんが皮を脱いでいくようすに思わず笑いがこぼれます！



## 冬瓜ともずくのスープ

冬瓜には体を冷やす働きがあり、夏の献立にたくさん登場します。春から夏にかけて旬を迎えるもずくは、酢の物も美味しいですが、スープにすると食べやすくおすすめです。



## 【今月の目標】

「いただきます。」「ごちそうさま。」の挨拶をしっかりと、意味を理解できるようになる。

## タッカルビ丼

韓国料理であるタッカルビは、甘辛い味付けでご飯との相性ピッタリ！ご飯がもりもりすすみます。生姜、にんにく、蕪が入っているのでスタミナ満点です。



令和6年度 7月給食献立表



日	曜	昼食	昼食の材料	おやつ	おやつ材料
1 ・ 16	月 ・ 火	ごはん 鶏肉の塩麴炒め 春雨サラダ	精白米 鶏肉 塩麴 調合油 キャベツ 人参 青ピーマン 舞茸 春雨 人参 胡瓜 ひじき ツナ缶 醤油 酢	1日:マカロニ黄粉 16日:きなこちんすこう :お菓子(0.1歳) 牛乳	マカロニ きな粉 三温糖 塩 薄力粉 きな粉 三温糖 調合油 牛乳
2 ・ 17	火 ・ 水	ロールパン パンブキンスープ ヨーグルト	ロールパン 鶏肉 南瓜 玉葱 人参 キャベツ コーン缶 大豆水煮 牛乳 塩 ブイヨン ヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	ビスケット バナナ 牛乳
3 ・ 22	水 ・ 月	ごはん 白身魚のカレー揚げ ひじきと大豆の炒め煮	精白米 白身魚 カレー粉 片栗粉 塩 調合油 ひじき 牛蒡 人参 鞘隠元 干し椎茸 油 だいたい水煮 さつま揚げ だし汁 醤油 三温糖 みりん	3日:きなこちんすこう :お菓子(0.1歳) 22日:野菜と果物スナックパン 牛乳	薄力粉 きな粉 三温糖 調合油 野菜と果物スナックパン 牛乳
4 ・ 19	木 ・ 金	ごはん 厚揚げと冬瓜のそぼろ煮 オクラのおかか和え	精白米 冬瓜 厚揚げ 鶏挽肉 人参 干し椎茸 だし汁 醤油 片栗粉 オクラ キャベツ 鰹節 醤油	焼きとうもろこしごはん 牛乳	精白米 コーン缶 醤油 牛乳
5	金	ごはん 鶏の唐揚げ 七夕素麺汁	精白米 鶏むね 醤油 にんにく 片栗粉 調合油 素麺 人参 冬瓜 オクラ ヤングコーン 鶏挽肉 だし汁 醤油 塩	キラキラ寒天 牛乳	粉寒天 りんごジュース 黄桃缶 トッピングシュガー 三温糖 牛乳
6 ・ 20	土	冷やし中華 小魚スナック バナナ	中華麺 鶏肉 胡瓜 キャベツ 人参 だし汁 醤油 酢 三温糖 ごま油 いりごま ごま入り味付けいりこ バナナ	ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
8 ・ 29	月	ごはん 鰹の甘酢あんかけ 冬瓜ともずくのスープ	精白米 鰹 片栗粉 調合油 玉葱 あさつき トマトケチャップ 三温糖 りんご酢 冬瓜 人参 もずく オクラ だし汁 鶏がらだし 塩	ブルーベリーケーキ 牛乳	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 牛乳 油 三温糖 ブルーベリージャム 牛乳
9 ・ 26	火 ・ 金	タッカルビ丼 切干大根とトマトのサラダ	精白米 鶏肉 油 キャベツ 玉葱 人参 なら 赤味噌 三温糖 酒 醤油 生姜 にんにく 切干大根 トマト 鞘隠元 ツナ缶 醤油 穀物酢 すりごま 調合油	黒糖わらび餅 牛乳	片栗粉 黒砂糖 黄粉 牛乳
10 ・ 23	水 ・ 火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 南瓜の糸昆布煮	精白米 厚揚げ 豚肉 調合油 りょくとうもやし なら キャベツ 人参 赤味噌 酒 三温糖 南瓜 刻み昆布 だし汁 醤油 みりん 三温糖	フルーツヨーグルト 牛乳	ヨーグルト パインアップル缶詰 バナナ 牛乳
11 ・ 24	木 ・ 水	食パン ポークビーンズ ヨーグルト	食パン 豚もも 調合油 じゃが芋 人参 玉葱 ぶなしめじ 青ピーマン 水煮大豆 トマト缶 トマトケチャップ 三温糖 ヨーグルト	11日:せんべい、西瓜 24日:せんべい、とうもろこし 牛乳	せんべい 西瓜(未満児:メロン) せんべい とうもろこし 牛乳
12 ・ 25	金	ごはん 肉じゃが 胡瓜の塩昆布和え	精白米 豚もも 調合油 じゃが芋 玉葱 人参 糸蒟蒻 鞘隠元 だし汁 醤油 三温糖 みりん 胡瓜 りょくとうもやし 塩昆布	焼きうどん 牛乳	うどん 調合油 豚肉 キャベツ 人参 醤油 鰹節 牛乳
13 ・ 27	土	ツナカレーピラフ トマトスープ	精白米 ブイヨン ツナ缶 油 人参 青ピーマン 塩 カレー粉 鶏肉 トマト 木綿豆腐 キャベツ コーン缶 ブイヨン 塩	ココアサンド (27日:夏祭りの為おやつなし) 牛乳	食パン 純ココア 牛乳 三温糖 コーンスターチ 牛乳
18 ・ 30	木 ・ 火	豚丼 トマトと豆腐のサラダ	精白米 豚もも 玉葱 人参 えのき 糸蒟蒻 醤油 三温糖 酒 生姜 だし汁 木綿豆腐 トマト オクラ しそ 塩 三温糖 酢 オリーブオイル 鰹節	ピザトースト 牛乳	食パン 玉葱 青ピーマン ウインナー トマトケチャップ プロセスチーズ 牛乳
26	水	夏野菜カレー スパゲティサラダ	精白米 豚もも 南瓜 玉葱 茄子 青ピーマン コーン缶 カレールウ スパゲティ キャベツ 胡瓜 人参 ツナ缶 マヨネーズ	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップクリーム パインアップル缶 牛乳



本格的な夏がやってきました。今年の夏は例年よりも暑くなると予想されています。熱中症にならないようしっかりと水分補給をして、子どもたちの大好きな水遊びを楽しみたいと思います。

### 夏に流行する病気

#### 手足口病

今年度は非常に流行しています。手の平、足の裏、口の中に発疹や水疱ができ、痛みやかゆみを伴います。発熱することもあります。感染力が強いため、症状が見られたら早めに受診するようにしましょう。

#### ヘルパンギーナ

喉に水疱ができて、高熱が出ます。水疱がつぶれるととても痛くて食事や水分が摂れなくなることもあります。脱水症状に注意してしっかりと水分補給をして、食事は食べやすい物にしましょう。

#### アデノウイルス感染症

アデノウイルスが原因で起こり、突然の高熱、咽頭炎、結膜炎の症状がみられます。下痢や嘔吐、頭痛が見られることもあります。結膜炎がみられた場合には家族間でのタオルの共有は避けましょう。

いずれの病気も接触・飛沫感染をする病気ですが、手足口病・アデノウイルスは解熱後も数週間、便の中にウイルスが排出されていますので、オムツ交換後やトイレの介助の後にはしっかりと手を洗うようにしましょう。



### 6月に歯科検診がありました



園医の先生による歯科検診がありました。今年は例年に比べ、虫歯のあるお子さんが非常に少なかったため先生も驚かれていました。年中・年長さんになると第6臼歯が生えてきたり永久歯に生え変わる時期なので、このまま虫歯予防につとめましょう。

虫歯はなかったのですが、多かったのが歯並びや噛み合わせに問題があるお子さんです。今の子どもたちは柔らかい食べ物をよく食べる傾向にあり、顎の発達に影響があるのか、反対咬合いわゆる受け口が多くみられました。原因は指しゃぶりや噛む癖、遺伝による骨格などいろいろなことが考えられますが、放っておくと成長と共に受け口が目立つようになります。また、顎に負担がかかり噛みづらかったり、発音障害が出たりします。早めに治療を開始することで顎の成長を利用して歯をより理想的な位置へ無理なく移動させることができます。歯並びや噛み合わせのところにチェックが入っていた方は一度歯科に相談してみましよう。

### 水遊びが始まります

子どもたちの大好きな水遊びが始まります。元気に楽しく遊べるよう、毎朝体調のチェックをお願いします。

□熱はないですか？

保育園では37.5℃以上の熱がある場合には水遊びはできません。

□食欲はありますか？下痢はしていませんか？

□前日、よく眠れましたか？

□目やにや目の充血はありませんか？

□咳や鼻水はありませんか？

□皮膚に異常はありませんか？

