



園だより

東神の倉清涼保育園



1	火	防災の日	体育教室（幼児）
2	水		英語教室
3	木		
4	金		
5	土	林檎組試食会	
6	日		
7	月		絵画教室
8	火		体育教室（檸檬・幼児）
9	水		英語教室
10	木		
11	金	水遊び終了	
12	土		
13	日		
14	月		絵画教室
15	火		体育教室（幼児）
16	水		英語教室
17	木		
18	金		
19	土		
20	日		
21	月	敬老の日	
22	火	国民の休日	
23	水	秋分の日	
24	木		
25	金	運動会全体練習	
26	土		
27	日		
28	月	誕生会	絵画教室
29	火		体育教室（檸檬・幼児）
30	水		

今年の夏も暑さを更新し、危険を伴う気温の毎日でしたが、9月に入りやっと水遊びも少しずつ行えそうです。

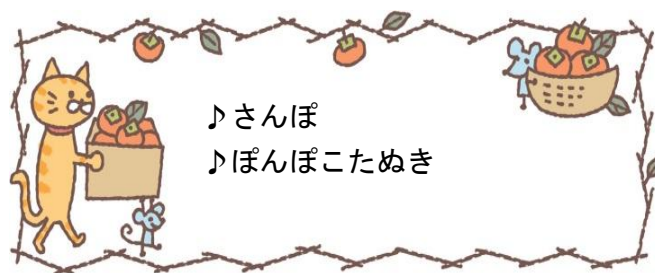
とは言っても、まだ気温の高い日が続きそうですので、休息を取りながら元気に過ごせるように配慮していきたいと思います。

9月21日は敬老の日です。おじいちゃん・おばあちゃんに会いに行ったり、お手紙を書いたり、日頃伝えられない気持ちを届けられるかも知れません。保育園からも、かわいい写真付きで送らせていただきます。

お知らせ

◎11日（金）まで水遊びを行います。
プールバッグ・午睡用バスタオル（幼児）のご準備をお願いいたします。

今月の歌



来月の予定

- 2日（金） 運動会予行練習
- 8日（木） 運動会総合練習
- 10日（土） 運動会（神の倉小学校）
- 22日（木） 芋ほり（幼児は相生山オアシス）
※予備日 23日（金）
- 29日（木） 誕生会



8月は、夏野菜が給食に沢山出ましたが、今回はゴーヤの観察を行いました。ふわふわな所を触ったり、匂いを嗅いだりと興味を持って観察しました。ゴーヤチャンプルーの食べも良かったです。またスイカ割りや、スイカシャーベット作りを幼児クラスで行い、スイカに沢山触れ合えた8月でした。ハワイアンピザ作りでは林檎組が初めて包丁を使い、玉葱を切ることに挑戦しました。



夏野菜の触れ合い

ゴーヤの観察



スイカ割りの様子



みんなで力を合
わせて割りまし
た！

珍しいゴーヤに興味津々でした。
ごつごつした所とふわふわした
所を交互に触っていました。



スイカシャーベット 作り（幼児クラス）



スイカと砂糖、レモン汁を袋の中に入れて、スイカを潰してもみもしました。冷たいスイカを触って「冷たい！」と楽しそうに作ってくれました。

ハワイアンピザ作り※7月末（林檎組）



初めての包丁でしたが、みんなとても上手に使って玉葱を切りました！



9月1日は防災の日



9月1日（火）に避難訓練の後、給食室が使えなくなったと想定して、おやつに災害用のクッキーを食べる体験を行います。災害用のパンやクッキーはいつものとどのように違うのか、突然食べてびっくりしないよう味に慣れておくことが大切です。給食では、災害用の米粉パンを少しだけ食べてもらう予定です。防災の日に合わせ、ご家庭の防災グッズの見直しや、備蓄食の期限の確認などぜひ行ってみたいはいかがでしょうか。



2026年度

9月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子をととのえる
1 ・ 18	火 ・ 金	ロールパン ウインナーポトフ カルシウムヨーグルト	1日:災害用クッキー 18日:ビスケット 梨 牛乳	ウインナーソーセージ カルシウムヨーグルト 普通牛乳	ロールパン・じゃがいも ビスケット・米粉クッキー	たまねぎ・にんじん・キャベツ ぶなしめじ・なし
2 ・ 29	水 ・ 火	チリコンカンライス ひじきのミルクサラダ	水羊羹 牛乳	豚ひき肉・大豆水煮缶 マグロ水煮缶・こしあん 普通牛乳	精白米・マヨネーズ 三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン トマトダイス缶詰・キャベツ 乾ひじき・コーン缶 トマトケチャップ
3 ・ 16	木 ・ 水	三色そぼろごはん モロヘイヤの味噌汁	3日:クラッカー 16日:フークレエ 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐 普通牛乳・豆味噌	精白米・クラッカー フークレエ	にんじん・鞘隠元・モロヘイヤ えのきたけ・コーン缶
4 ・ 14	金 ・ 月	ごはん 鮭のさっぱり焼き 高野豆腐の含め煮	スナックパン 牛乳	鮭・凍り豆腐・普通牛乳	精白米・スナックパン	にんじん・鞘隠元・乾しいたけ
5 ・ 19	土	ソーキそば 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	豚もも・さつま揚げ・煮干し 普通牛乳	中華めん・三温糖・食パン	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・ あさつき・バナナ・いちごジャム
7	月	ごはん 豚肉の生姜炒め 薩摩芋とひじきのサラダ	南瓜サンド 牛乳	豚もも・調整豆乳・普通牛乳	精白米・調合油・いりごま ごま油・さつまいも 三温糖・食パン	たまねぎ・きゃべつ・にんじん 青ピーマン・きゅうり ひじき・くりかぼちゃ・レーズン
8	火	ごはん 厚揚げの茸あかけ 切干大根の納豆和え	おはぎ 牛乳	生揚げ・ぶたもも・納豆 削り節・黄粉・こしあん 普通牛乳	精白米・片栗粉 ごま油・じゃがいも 三温糖・調合油	にんじん・あさつき・生しいたけ えのきたけ・まいたけ 切干大根・小松菜
9	水	中華飯 里芋のマッシュサラダ	フルーツポンチ 牛乳	ぶたもも・まぐろ水煮缶詰 普通牛乳・鶏ひき肉	精白米・調合油・三温糖 ごま油・片栗粉・さといも	りょうとうもやし・にんじん 乾しいたけ・たまねぎ・里芋 たけのこ水煮缶詰・みかん缶 チンゲンサイ・黄桃缶・バナナ パイン缶
10 ・ 24	木	食パン 焼きカレーコロッケ カルシウムヨーグルト	せんべい 梨 牛乳	豚ひき肉 カルシウムヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃがいも 甘辛せんべい・調合油	たまねぎ・にんじん・コーン缶 なし
11 ・ 24	金 ・ 木	ごはん 鯖の塩焼き 茸汁	スナックパン 牛乳	鯖・木綿豆腐・普通牛乳	精白米 三温糖・調合油・スナックパン	まいたけ・えのきたけ・にんじん 生しいたけ・ねぎ・大根
12 ・ 26	土	しらすの炊き込みご飯 茄子と素麺の味噌汁	フルーツサンド 牛乳	しらす・油揚げ・豆味噌 普通牛乳・ホイップクリーム	精白米・そうめん・食パン いりごま	小松菜・にんじん・なす あさつき・みかん缶・バナナ
15	火	ごはん じゃが芋とさつま揚げの旨煮 なめこめかぶのじゃこ和え	お米リング 牛乳	豚もも肉・さつま揚げ 絹豆腐・しらす干し 普通牛乳	精白米・じゃが芋 お米リング	たまねぎ・にんじん・鞘隠元 なめこ・めかぶわかめ
17	木	ソーキそば 小魚スナック パイン缶	マカロニココア 牛乳	豚もも・さつま揚げ・煮干し 普通牛乳・黄粉	中華めん・三温糖・食パン マカロニ	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・ あさつき・パイン缶
28	月	ごはん ひじきハンバーグ 薩摩芋サラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏ひき肉・木綿豆腐 まぐろ水煮缶詰 普通牛乳・ホイップクリーム	精白米・片栗粉 さつまいも・マヨネーズ いりごま・ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・乾ひじき きゅうり・バナナ
25	金	お月見カレーライス 梨	お月見団子風五平餅 牛乳	鶏むね・普通牛乳	精白米・カレールー・片栗粉 三温糖	にんじん・玉ねぎ・さつま芋 里芋・しめじ・なし・レーズン
30	水	ごはん 豆腐と挽肉の重ね蒸し 蓮根の金平	ツナコーンパンケーキ 牛乳	木綿豆腐・豚ひき肉 マグロ水煮缶 鶏卵・普通牛乳	精白米・片栗粉・ごま油 すりごま・精白米・三温糖 薄力粉・調合油	たまねぎ・乾しいたけ れんこん・にんじん・ごぼう 青ピーマン・コーン缶



9月ほけんだより

東神の倉清涼保育園

朝夕が少しずつ涼しくなって行楽や読書、スポーツなど楽しみの多い季節が来ます。まだ昼間は気温も高いので熱中症に気を付け、夏の疲れもでてくる時期ですので夜はお風呂で汗を流して早めに就寝しましょう。

正しい体温の測り方

正しく測定するための注意点

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。測定は脇の下で測定するのが一般的で、正確に測定するには、運動後や食後を避け、測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。目覚めてすぐにお子さまの平熱を知っておくのも大切です。



①脇の汗を拭く



②脇の下の中央部分に体温計の先を当てる。



③体温計を下から45度の角度になるように挟み、脇をきちんと閉じて数分間待つ。

▽皮膚のケア▽

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚（ひふ）のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。下記の他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができていない時は、上から優しく押さえて水気を取ります。



乳児には、お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。

救急の日 9月9日は救急の日です。

ご家庭に救急箱はありますか？ お子さまが怪我したり、具合が悪くなった時にすぐ使えるように準備をしておきましょう。

- 中身を点検しておきましょう（薬、ガーゼ、テープ、爪切り、ピンセット、ばんそうこう、体温計、脱脂綿、綿棒、包帯、はさみ、は入れておくとう便利です）。
- 薬の使用期限は1年に1度は確認しましょう。
- 消耗品は使ったら買い足しておきましょう。

