園だより

東神の倉清涼保育園

1	日	
2	月	安全生活指導週間
3	火	体育教室(幼児)
4	水	英語教室
5	木	
6	金	絵画教室
7	土	
8	日	
9	月	歯磨き指導(林檎組/13:30)
10	火	体育教室(檸檬・幼児)
11	水	英語教室
12	木	歯科検診(10:30)
13	金	絵画教室
14	土	保育参観(午前/幼児クラス)
15	日	
16	月	
17	火	体育教室(幼児)
18	水	英語教室
19	木	内科検診(13:30)
20	金	絵画教室
21	土	
22	日	
23	月	水遊び開始(曜日によりクラス毎)
24	火	体育教室(檸檬・幼児)
25	水	英語教室
26	木	
27	金	絵画教室
28	土	
29	日	
30	月	誕生会

紫陽花の花が色彩豊かな花を咲かせる梅雨がやって来ました。雨や曇りの日が続きすっきりしない空が続きますが、子どもたちが雨の日も元気に過ごせるように、遊びを工夫しながら楽しみたいと思います。

お知らせ

・9 日(月)林檎組のみ歯科衛生士による歯磨き指導があります。
・12 日(木)歯科検診が午前中にあります。歯磨きをして登園してください。
・14 日(土)の保育参観は幼児クラスのみになります。詳しくはきっずノートのお知らせでご確認ください。
・19 日(木)午後に内科検診を行います。
・23 日(月)より水遊びが始まります。
詳しくはきっずノートのお知らせでご確認ください。

今月の歌

来月の予定

5 日 (土) 蜜柑組試食会
7 日 (月) 七夕会
26 日 (土) 夏祭り
(13 時までの保育にご協力お願いいたします)
31 日 (木) 誕生会

給食だより

東神の倉清涼保育園
2025 年度 6 月号

５月はエンドウ豆、スナップ豌豆など様々な豆類が給食に出ました。遠足でスナップ豌豆の収穫をした子ども達もいたので、より興味を持ってくれて、朝の時間ではその日給食に出るスナップ豌豆やエンドウ豆の下処理をお手伝いしてくれました。まだまだ慣れない新学期でも、食に触れ合って少しずつ楽しみを見つけてくれたみたいです。

鞘取りの様子

『エンドウ豆』
鞘から豆を取り出
してくれました。

『スナップ豌豆』
筋取りをしてくれ
ました。

何度かお手伝いをしてくれて慣れている林檎組の子ども達は、蜜柑組、葡萄組の子ども達に「こうするんだよ。」と教えてあげながら、お手伝いをしてくれました。たくさんあった豆もあっという間に鞘取りが出来ました。

その日の給食に入っているため、「これ朝とった豆だよ！」とお話しながら、苦手な子も最後まで食べてくれました。スナップ豌豆、エンドウ豆の違いも知ってくれた様子でした。

園庭で玉葱が収穫出来ました！

園庭で育てていた玉葱が収穫出来ました。（2025 年５月 20 日）
これから６月にかけてどんどん収穫する予定です。子ども達とどんな料理にしようか、考えながら収穫していきたいと思います。

カレークルルのレシピ

子ども達に大人気おやつ、カレークルルの紹介です。
クルルはらせん状の形をしたマカロニです。

【材料】子ども２人分

- マカロニ（クルル）　32g
- 油（揚げ油）　16g（鍋底５センチ程度）
- カレー粉　1.6g
- コンソメ　1.6ｇ
- 塩　1.6ｇ

A

【作り方】

① 鍋に油を熱し、マカロニを揚げる。
② 黄金色になるまで揚げたら素早く取り出し、油を切る。
③ A を混ぜ合わせ、揚がったマカロニにまぶして完成。

暑い時期にぴったり！パクパク食べられるおやつです。

2025年度

6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
2・16	月	ごはん 鶏肉と大根の煮物 アスパラの納豆サラダ	五平餅 牛乳	鶏むね・納豆・豆みそ 普通牛乳	精白米・マヨネーズ・三温糖 いりごま	だいこん・にんじん ぶなしめじ・コーン缶・キャベツ アスパラガス
3・17	火	ごはん 肉豆腐 3日：もやしの梅おかか和え 17日：新じゃがのそぼろあんかけ	3日：フルーツ寒天 17日：焼きそば 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐 かつお節・うぐいす豆 普通牛乳・鶏挽肉	精白米・三温糖 グラニュー糖・中華麺 じゃがいも・片栗粉	たまねぎ・ぶなしめじ・にんじん きゃべつ・アルファルファもやし 梅干し・角寒天・みかん缶 黄桃缶・パインアップル缶 青ピーマン
4・18	水	ツナとひじきの混ぜご飯 若竹汁	バナナケーキ 牛乳	まぐろ水煮缶詰・油揚げ 大豆水煮缶詰・木綿豆腐 普通牛乳・鶏卵	精白米・薄力粉・調合油 三温糖	乾ひじき・にんじん・ぶなしめじ 乾わかめ・たけのこ水煮缶詰 あさつき・バナナ
5・19	木	ロールパン ミネストローネ カルシウムヨーグルト	せんべい パイン缶 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・じゃが芋 マカロニ・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・キャベツ ピーマン・トマトダイス缶 トマトケチャップ パインアップル缶
6	金	ごはん 鯵のおろし煮 新じゃがのそぼろあんかけ	焼きそば 牛乳	あじ・鶏ひき肉・豚もも うぐいす豆 普通牛乳	精白米・じゃがいも・片栗粉 中華麺・調合油	だいこん・にんじん キャベツ・青ピーマン
7・21	土	五目御飯 具沢山味噌汁	黄粉サンド 牛乳	鶏ひき肉・油揚げ・生揚げ 豆みそ・きな粉・調整豆乳 普通牛乳	精白米・じゃがいも 食パン・三温糖	にんじん・ごぼう・ぶなしめじ キャベツ・えのきたけ・長ねぎ
9・23	月	ごはん 豚肉のもやし炒め なめことめかぶのじゃこ和え	ツナサンド 牛乳	ぶたもも・絹ごし豆腐 しらす干し・普通牛乳 まぐろ水煮缶詰	精白米・三温糖・ごま油 食パン・マヨネーズ	りょくとうもやし・にんじん・にら ぶなしめじ・なめこ・めかぶ 梅びしお・キャベツ
10・24	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	水無月（以上児） 小豆寒天（未満児） 牛乳	生揚げ・鶏ひき肉・豆味噌 普通牛乳	精白米・じゃが芋・三温糖 片栗粉・くず粉・白玉粉 上新粉・甘納豆（あずき）	にんじん・たまねぎ・乾しいたけ キャベツ・りょくとうもやし 塩昆布・角寒天
11・27	水・金	ごはん 鰈の照り焼き ひじきと大豆の炒め煮	スナックパン 牛乳	まがれい・大豆水煮缶詰 さつま揚げ・普通牛乳	精白米・調合油・三温糖 スナックパン	乾ひじき・ごぼう・にんじん さやいんげん・乾しいたけ
12・25	木・水	ハヤシライス コールスローサラダ	12日：マカロニかりんとう 25日：マカロニ黄粉 牛乳	豚かた・黄粉 普通牛乳	精白米・薄力粉・三温糖 じゃがいも・マカロニ 調合油・黒砂糖・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ トマトケチャップ・トマトピューレ キャベツ・きゅうり・コーン缶詰
13・26	金・木	食パン スラッピージョー カルシウムヨーグルト	ビスケット メロン 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 ビスケット	たまねぎ・にんじん・メロン トマトケチャップ
14・28	土	ころきつねうどん 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	油揚げ・煮干し・普通牛乳	うどん・三温糖・食パン	にんじん・りょくとうもやし きゅうり・バナナ・いちごジャム
20	金	ごはん 鯵のおろし煮 もやしの梅おかか和え	フルーツ寒天 牛乳	あじ・かつお節・普通牛乳	精白米・グラニュー糖	きゃべつ・アルファルファもやし 梅干し・角寒天・みかん缶 黄桃缶・パインアップル缶
30	月	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	豚ひき肉・木綿豆腐 まぐろ水煮缶詰 豆乳ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・片栗粉・マカロニ マヨネーズ・ロールケーキ	たまねぎ・トマトケチャップ キャベツ・きゅうり・にんじん ブルーベリージャム

６月ほけんだより

東神の倉清涼保育園

長靴を履いて水たまりの音を楽しみながら登園してくる子ども達の姿が見られる季節となりました。こども達にとってはとても魅力的な水たまりではありますが、雨で滑りやすく、怪我も増える時期ですので、ご家庭でも十分に注意して過ごすようにしてください。

６月病って？

梅雨どきは、低気圧による自律神経の乱れ、気温の急激な変化によるストレス、湿度が高くなることによる水分代謝の低下などにより、体調不良が起きやすい時季なんです。「梅雨だる」もしくは「６月病」なんて言葉もあるくらい。こんな時こそ規則正しい生活を心掛け、雨でもカーテンを開けたり電気を付けて部屋を明るくし、運動や入浴で汗をかきましょう。

水ぶくれ

水ぶくれには、力が加わってすれた時などにできる、靴ずれや火傷によるものなどがあります。

できるだけ水ぶくれを破らないように、ガーゼなどで保護します。

破れた場合は、無理にはがさず、傷薬を厚くのばしたガーゼなどで保護します。毎日傷を洗い、簡単に水気をとり、新しいガーゼに交換します。

仕上げ磨きはいつまで？

保護者による歯磨きは乳歯が生えてくる生後８カ月頃から始まりますが、では、いつまで続けたらよいのでしょうか？保育園では３歳児クラスから昼食後に自分で歯磨きをすることになっていますが、あくまでそれは歯磨きの習慣をつけるのが主な目的です。幼児期はまだ、自分でできるからといって任せてしまうと、どうしても歯と歯の間やかみ合わせの部分など、みがき残しが出てしまいます。お家では子どもがみがいた後に、保護者がしっかり仕上げみがきをしてあげることが大切です。また、小学校に入学したタイミングで、仕上げみがきをやめてしまうことが多いのですが、このころは奥歯の第1大臼歯（だいきゅうし）が生えてきたり、永久歯への生えかわりの時期で、歯並びがでこぼこになりやすいので特に注意が必要です。もう大丈夫そうと思ったら、歯科医院でみがき残しを調べる「染め出し」をしてもらいましょう。そこで合格をもらえれば、もう大人のチェックは卒業です。