６月　園だより

鳴子清涼保育園

木々の葉が一段と濃くなり少し汗ばむ陽気の中で、保育園では毎日元気いっぱい子ども達の声が響き渡っています。梅 雨時は室内で遊ぶ機会が増えますが、外遊びとは違った楽しさも見いだせる良いきっかけになっているようです。先月より始まった個人面談では園やご家庭での様子 を話し合え、今後の保育に活かすことが出来るようにしていきたいと思います。季節の変わり目は日によって気温差が大きく、体調を崩しがちです。衣服調節をしながら心地 よく健康的に過ごせるように心掛けていきましょう。

1	日	
2	月	水遊び開始
3	火	消防署見学 （紫陽花組）
4	水	英語教室（菫・幼）
5	木	体操教室（菫・幼）
6	金	避難訓練 絵画教室（幼）
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	英語教室（菫・幼）
12	木	体育教室（幼） 内科検診（PM）
13	金	絵画教室（幼）
14	土	
15	日	

16	月	
17	火	科学館見学 （紫陽花）
18	水	英語教室（菫・幼）
19	木	体育教室（菫・幼）
20	金	防犯訓練 絵画教室（菫・幼）
21	土	保育参観・給食試食会 （向日葵組）
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	英語教室（菫・幼）
26	木	体操教室（幼） 歯科検診（PM）
27	金	誕生会・安全生活指導 絵画教室（幼）
28	土	
29	日	
30	月	

今月のねらい

たんぽぽ組

・食後・睡眠時間等の生理的要求を満たし、心地良く過ごす。

・保育士と一緒に好きな遊びをする事を楽しむ。

桃組

・簡単な身の回りの事を、保育士に手伝ってもらいながらやってみようとする。
・全身を使う遊びや、水遊びを保育士と一緒に楽しむ。

菫組

・保育士の声掛けで身の回りの事に進んで取り組もうとする。

・自分の好きな遊びを楽しんだり、友だちの遊びに興味を持ったりする。

桜組

・簡単な身の回りの事を保育士に見守られながら自ら取り組む。

・水遊びの楽しさや面白さを味わう。

向日葵組

・生活の流れに慣れ、助け合いながら見通しを持って生活する。
・色々な遊びに関心を持ちながら遊びを十分に楽しむ。

紫陽花組

・梅雨期の健康や安全、清潔に留意し、快適に過ごす。
・友だちと繋がりを深めながら、互いに言葉を用いて関わり合うようになる。

園からのお知らせ

・6 月 2 日（月）より水遊びが始まります。詳細につきましては 5 月 1 日のきっずノートをご覧ください。

・6 月 3 日（火）紫陽花組は緑消防署に見学に出掛けます。詳細につきましては 5 月 23 日（金）のきっずノートをご覧ください。

・6 月 12 日（火）午後より内科検診、26 日（・木）があります。異常があったお子様のみにお知らせ致します。当日お休みをされますと直接園医まで行っていただくことになります。

園からのお願い

水遊びが始まります。準備等がありますので必ず 9：30 までに登園してください。また遅刻・欠席の連絡も９：３０までにお願いいたします。

今月の歌

・かえるの合唱

・とけいのうた

令和7年度　6月献立表

日	曜	昼食	昼食の材料	おやつ	おやつの材料
2 ・ 19	月 ・ 木	ロールパン ミネストローネ ヨーグルト	ロールパン ウインナー　マカロニ　玉葱　人参　じゃが芋　ぶなしめじ　キャベツ　青ピーマン　にんにく　ホールトマト　ケチャップ カルシウムヨーグルト	ビスケット パイン缶 牛乳	ミレービスケット パイン缶詰 牛乳
3 ・ 20	火 ・ 金	ごはん 鮭のパン粉焼き ひじきと大豆の炒め煮	ごはん 鮭　薄力粉　パン粉 干しひじき　牛蒡　人参　鞘隠元　干し椎茸　水煮大豆　さつま揚げ　かつお出汁　醤油　三温糖　みりん	3日：セサミトースト 20日：紫陽花ゼリー 牛乳	食パン　有塩マーガリン　すりごま　三温糖 カルピス　ぶどうジュース　粉寒天　三温糖 牛乳
4 ・ 16	水 ・ 月	ごはん 肉豆腐 もやしの梅おかか和え	精白米 豚もも肉　木綿豆腐　玉葱　人参　ぶなしめじ　醤油　三温糖　料理酒　かつお出汁 りょくとうもやし　キャベツ　梅干し　鰹節	フルーツ寒天 牛乳	みかん缶詰　もも缶詰　パインアップル缶詰　グラニュー糖　粉寒天 牛乳
5 ・ 30	木 ・ 月	ツナとひじきの混ぜご飯 若竹汁	精白米　まぐろ水煮缶詰　干しひじき　人参　ぶなしめじ　油揚げ　水煮大豆　かつお出汁　醤油　みりん 乾燥わかめ　たけのこ水煮　浅葱　木綿豆腐　かつお昆布出汁　醤油　塩	バナナケーキ 牛乳	バナナ　薄力粉　ベーキングパウダー　三温糖　牛乳　鶏卵　調合油 牛乳
6 ・ 18	金 ・ 水	ごはん 豚肉のもやし炒め なめことめかぶのじゃこ和え	精白米 豚もも肉　りょうくとうもやし　人参　韮　ぶなしめじ　にんにく　生姜　醤油　料理酒　三温糖　ごま油 絹ごし豆腐　なめこ　めかぶわかめ　しらす干し　ゆかり	ツナサンド 牛乳	食パン　キャベツ　まぐろ水煮缶詰　マヨネーズ 牛乳
7 ・ 17	土 ・ 火	ころきつねうどん 小魚スナック バナナ	干しうどん　油揚げ　人参　りょくとうもやし　胡瓜　かつお昆布出汁　醤油　みりん　塩 ごま入り味付けいりこ バナナ	7日：ソフトあられ 17日：五平餅 牛乳	ソフトあられ もち米　精白米　赤味噌　三温糖　みりん　いりごま 牛乳
9 ・ 21	月 ・ 土	ごはん 鶏肉と大根の煮物 アスパラの納豆サラダ	精白米 鶏むね肉　大根　人参　ぶなしめじ　かつお出汁　醤油　みりん 挽きわり納豆　キャベツ　アスパラガス　コーン缶詰粒　マヨネーズ　醤油	9日：五平餅 21日：ソフトあられ 牛乳	もち米　精白米　赤味噌　三温糖　みりん　いりごま ソフトあられ 牛乳
10 ・ 26	火 ・ 木	ごはん 鰺のおろし煮 新じゃがのそぼろあんかけ	精白米 鰺　大根　醤油　生姜　料理酒 じゃが芋　人参　さやえんどう　鶏挽肉　かつお出汁　醤油　片栗粉	焼きそば 牛乳	蒸し中華麺　豚もも肉　キャベツ　青ピーマン　人参　ウスターソース 牛乳
11 ・ 23	水 ・ 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　鶏挽肉　じゃが芋　人参　玉葱　干し椎茸　かつお出汁　赤味噌　三温糖　みりん　片栗粉 キャベツ　りょくとうもやし　塩昆布　ごま油	水無月（3歳児～） 小豆寒天（～2歳児） 牛乳	くず粉　白玉粉　上新粉　三温糖　甘納豆 甘納豆　三温糖　粉寒天 牛乳
12 ・ 24	木 ・ 火	ハヤシライス コールスローサラダ	精白米　豚もも肉　じゃが芋　玉葱　人参　ぶなしめじ　ハヤシルゥ　調合油 キャベツ　人参　胡瓜　コーン缶詰粒　マヨネーズ　りんご酢　三温糖　塩	マカロニかりんとう 牛乳	マカロニ　調合油　黒砂糖 牛乳
13 ・ 25	金 ・ 水	食パン スラッピージョー ヨーグルト	食パン 豚挽肉　じゃが芋　玉葱　人参　ケチャップ　ウスターソース　塩 カルシウムヨーグルト	せんべい メロン 牛乳	ぱりんこ メロン 牛乳
14 ・ 28	土	五目御飯 具沢山味噌汁	精白米　鶏挽肉　人参　牛蒡　ぶなしめじ　油揚げ　かつお出汁　醤油　みりん 厚揚げ　じゃが芋　キャベツ　人参　えのき　長ねぎ　かつお出汁　赤味噌	ソフトせんべい 牛乳	ソフトせんべい 牛乳
27	金	ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ	精白米 豚挽肉　木綿豆腐　玉葱　塩　片栗粉　ケチャップ　ウスターソース マカロニ　キャベツ　胡瓜　人参　まぐろ水煮缶詰　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　ブルーベリージャム 牛乳

６月ほけんだより

鳴子清涼保育園

長靴を履いて水たまりの音を楽しみながら登園するこ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。

水ぶくれができてしまったら、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、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、磨き残しが出てしまいます。お家ではこ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、この頃は奥歯の第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、歯科医院で磨き残しを調べる「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。