６月　園だより

依佐美清涼保育園

晴れたり雨が降ったり、天気の移り変わりが多いこの時期。室内や戸外に関係なく、子どもたちは汗ばみながらも日々色々な遊びを楽しんでいます。気候の変化はありますが、体調管理に気をつけながら楽しんで過ごしていきたいと思います。

1	木	
2	金	体育教室
3	土	
4	日	
5	月	絵画教室
6	火	生活安全指導
7	水	公開英語教室　幼児クラス
8	木	
9	金	体育教室　薔薇組も
10	土	
11	日	
12	月	絵画教室
13	火	安城吹奏楽団（父母の会主催）
14	水	英語教室
15	木	歯科検診
16	金	体育教室
17	土	桜組　保育参観 給食試食会
18	日	
19	月	絵画教室
20	火	避難訓練
21	水	英語教室
22	木	
23	金	体育教室　薔薇組
24	土	
25	日	
26	月	絵画教室
27	火	内科健診
28	水	英語教室
29	木	誕生会 紫陽花組　交通安全指導
30	金	体育教室

今月のねらい

李組

- ハイハイやつかまり立ち、伝い歩きを積極的に行い、探索活動を楽しむ。
- 興味を持った玩具をハイハイで取りに行ったり、触れることを喜ぶ。

桃組

- 簡単な身の回りのことに興味を持ち、保育士と一緒に行うことを喜ぶ。
- 保育士に見守られながら、好きな玩具での遊びや探索活動を楽しむ。

薔薇組

- 梅雨の時期でも心地良く過ごす。
- 保育士や友達と関わりながら遊び、関わる充実感や嬉しさを感じる。

桜組

- 保育士や気の合う友達と一緒に好きな遊びを楽しみ関わりを深める。
- 保育士や友達の真似をしながら遊びを発展させる。

向日葵組

- 手洗いやうがい、歯磨きを自ら行う。
- 雨の日でも室内で十分に身体を動かして遊ぶ。

紫陽花組

- 自分の身の回りの物や園の物を大切に扱う。
- ルールを守りながら友達と遊ぶ楽しさを味わう。

園からのお願い

- お迎え時は必ずお迎えカードを持ってきてください。
- お迎えカードを忘れてしまった場合は、園児お迎え確認表に記名をしてから、お子様のお迎えに行ってください。
- お迎え後は園庭・ピロティでは遊ばず速やかにお帰りください。

今月の歌

☆長靴マーチ

☆かたつむり

たくさん歌おうね♪

6月 給食だより

令和5年度
依佐美清涼保育園

蒸し暑い日が増えてきました。この時期は食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい時期です。手洗いをしっかり行い、食品の取り扱いにも十分気をつけて元気に過ごしましょう。

6月は食育月間です。お子様と一緒に食事を作ってみてはいかがですか

食中毒クイズ

カレーとサラダを作るときの注意点の２択クイズです。
お子様と一緒に考えてみてください。答えは一番下にあります。

第１問　手を石鹸で綺麗に洗ったあとは何で拭く？
①　ハンカチで拭く。　　②着ている洋服で拭く。

第２問　カレーの肉を切るときに使った包丁とまな板はどうする？
①　洗わずにサラダの野菜を切る。
②　消毒してから洗って使う。

第３問　カレーはどれくらい煮込んだら完成？
①　ふつふつしてきたからこれで完成！
②　底からかき混ぜて鍋全体にしっかり火が通るように煮たら完成！

第４問　たくさん作って余ったカレーはどうする？
①　少しずつ分けて冷蔵庫にしまう。　②鍋のまま置いておいておく。

答え

第1問　①　洋服についた汚れが手についてしまいます。清潔なハンカチまたはペーパータオルで拭きましょう。

第2問　②　肉には目に見えない菌がいるかもしれません。生肉を切った包丁とまな板は熱湯で消毒し、洗剤を使って洗いましょう。生肉を触った手も石鹸で洗いましょう。

第3問　②　しっかり火を通すことで食中毒の原因となる菌をやっつけることができます。

第4問　①　小分けにして早く温度を下げることで食中毒菌の繁殖を防げます。食べるときは中まで温まるようしっかり再加熱をしましょう。

☆今月の予定☆

6 月 17 日（土）　桜組試食会
6 月 29 日（木）　誕生会特別食

☆5 月の食育活動☆

・春のお味噌汁作り（紫陽花組）
・お箸を使ってみよう（向日葵組）

歯を丈夫にする食習慣

6/4～10 は「歯と口の健康習慣」です。歯を丈夫にするためには、よく噛むことが大切です。よく噛むことで唾液が分泌されます。唾液は、虫歯の予防や消化を助ける、また脳の働きを活性化させ、集中力や記憶力をアップする働きもあります。歯ごたえのあるものをよく噛んで食べてみましょう。また、歯の主成分となるカルシウム、カルシウムの吸収を助けるビタミン D、歯のエナメル質を強化するビタミン A を摂ることがおすすめです。

今月のおすすめレシピ
水無月

〈材料〉　大人 2 人子ども 2 人分
・葛粉　38ｇ
・白玉粉　25ｇ
・上新粉　88ｇ
・砂糖　35ｇ
・水　240ｇ
・甘納豆　20ｇ

〈作り方〉
①　鍋に半量の水を入れ、白玉粉などの溶けにくい物から混ぜていき、最後に砂糖糖と残りの水を入れて混ぜる。
②　鍋に火をかけ、鍋底から絶えずかき混ぜながら加熱する。
③　鍋底の生地が固まり始めたら、火から降ろし、型（流し缶など）に生地を流し込み、甘納豆を散らす。
④　蒸し器に入れて 10～１５分程蒸す。
⑤　冷めたら三角に切り分けて出来上がり！
※生地が温かいと包丁にくっついて切り分けづらいので、よく冷ます。

2023年度　6月給食献立表

日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつの材料
1	木	ごはん	精白米	1	木	豆乳葛餅	くず粉　三温糖　調整豆乳　きな粉　食塩
12	月	豚肉のもやし炒め	豚もも肉　りょくとうもやし　人参　にら　しめじ　にんにく　しょうが　醤油　料理酒　三温糖　ごま油	12	月		
26	月	なめこと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	26	月	牛乳	普通牛乳
2	金	ツナとひじきの混ぜご飯	精白米　かつおだし　まぐろ水煮缶詰　ひじき　人参　しめじ　油揚げ　大豆　醤油　みりん			みたらし五平餅	精白米　もち米　醤油　三温糖　片栗粉
				15	木		
15	木	キャベツの豚汁	豚もも肉　キャベツ　人参　玉ねぎ　えのき　ねぎ　かつおだし　赤味噌			牛乳	普通牛乳
		冷しゃぶうどん	干しうどん　豚もも肉　きゅうり　りょくとうもやし　トマト　かつお昆布だし　醤油　酢　すりごま			ジャムサンド	食パン　いちごジャム
3	土	小魚スナック	ごまいり味付けいりこ	3	土		
		バナナ	バナナ			牛乳	普通牛乳
5	月	ごはん	精白米	5	月	マカロニココア	マカロニ　きな粉　三温糖　食塩　純ココア
		鰺の南蛮漬け	鰺　片栗粉　油　玉ねぎ　人参　ピーマン　酢　三温糖　醤油				
20	火	冬瓜ともずくのスープ	冬瓜　人参　もずく　オクラ　昆布だし　鶏がらだし　食塩	20	火	牛乳	普通牛乳
6	火	食パン	食パン	6	火	せんべい	せんべい
		洋風ツナじゃが	まぐろ水煮缶詰　じゃが芋　玉ねぎ　キャベツ　人参　鞘隠元　ブイヨン　食塩			パイン缶	パイン缶詰
21	水	ヨーグルト	ヨーグルト	21	水	牛乳	普通牛乳
7	水	ごはん	精白米	7	水	黒糖蒸しパン	小麦粉　ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ　黒砂糖　鶏卵　油　普通牛乳
		鶏肉と大根の煮物	鶏肉　大根　人参　しめじ　かつおだし　醤油　みりん				
19	月	アスパラの納豆サラダ	ひきわり納豆　醤油　コーン　キャベツ　アスパラ　マヨネーズ	19	月	牛乳	普通牛乳
8		ハヤシライス	精白米　豚もも肉　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しめじ　ハヤシルウ	8		フルーツ寒天	てんぐさ　グラニュー糖　みかん缶詰　もも缶詰　パイン缶詰
	木				木		
22		コールスローサラダ	キャベツ　人参　きゅうり　コーン　マヨネーズ　りんご酢　食塩　三温糖	22		牛乳	普通牛乳
9	金	ごはん	精白米	9		ごはんピザ	精白米　ピーマン　まぐろ水煮缶詰　コーン　プロセスチーズ
17	土	厚揚げとじゃが芋の肉味噌掛け	厚揚げ　じゃが芋　人参　鶏挽肉　赤味噌　三温糖　みりん　かつおだし　玉ねぎ　干しいたけ　片栗粉		金		
23	金	キャベツの塩昆布和え	キャベツ　りょくとうもやし　塩昆布	23		牛乳	普通牛乳
10		五目御飯	精白米　かつおだし　醤油　みりん　鶏挽肉　油揚げ　人参　牛蒡　しめじ	10		黄粉サンド	食パン　きな粉　三温糖　食塩　調整豆乳
	土				土		
24		具沢山味噌汁	厚揚げ　じゃが芋　キャベツ　人参　えのき　ねぎ　かつおだし　赤味噌	24		牛乳	普通牛乳
13		ロールパン	ロールパン	13		ビスケット	ビスケット
	火	ミネストローネ	マカロニ　ウインナー　玉ねぎ　人参　じゃが芋　キャベツ　ピーマン　にんにく　トマト缶詰　ケチャップ		火	メロン	メロン
27		ヨーグルト	ヨーグルト	27		牛乳	普通牛乳
14	水	ごはん	精白米	14	水	水無月	くず粉　白玉粉　上新粉　三温糖　甘納豆
		肉豆腐	豚もも肉　木綿豆腐　玉ねぎ　しめじ　醤油　三温糖　料理酒　かつおだし			（未満児：小豆寒天）	
30	金	新じゃがのそぼろあんかけ	じゃが芋　人参　鞘隠元　鶏挽肉　かつおだし　醤油　片栗粉	30	金	牛乳	普通牛乳
16	金	ごはん	精白米	2	金	スナックパン	スナックパン
		鰆の味醂焼き	鰆　醤油　みりん　三温糖				
28	水	高野豆腐の含め煮	高野豆腐　人参　鞘隠元　干しいたけ　かつおだし　醤油　みりん　三温糖	16	金	牛乳	普通牛乳
		ごはん	精白米			誕生会ケーキ	カステラ　ホイップクリーム　ブルーベリー
29	木	豆腐ハンバーグ	豚ひき肉　木綿豆腐　玉ねぎ　食塩　片栗粉　ケチャップ　ウスターソース	29	木		
		コーンサラダ	コーン　じゃが芋　人参　鞘隠元　コーンクリーム缶　りんご酢　食塩　三温糖　オリーブ油			牛乳	普通牛乳

保健だより　6月

依佐美清涼保育園

日中は暑くて汗をかく気候となり、半袖の服を着ている子も多くなってきました。昼間は暑くても、朝夕は肌寒い日がまだまだあります。気温差で体調を崩さないように衣服の調節をしましょう。また、汗をかいたら汗を拭き、着替えて体温調節もしましょう。

6 月 4 日は虫歯予防デー

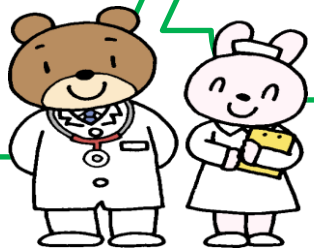
幼児さんの中には、前歯や奥歯が永久歯に生え変わり始めた子もいると思います。そこで、六才臼歯についてのお話です。

六歳臼歯は、5～6 歳ごろに生えてくる、初めての永久歯です。乳歯の奥にそっと生えてくるため、気づきにくい歯ですが、とても重要な役割があります。かみくだく力がもっとも強く、永久歯の歯並びやかみ合わせの「基本となる歯」なのです。

しかし、六歳臼歯は完全に生えるまでに約１年かかるので、その間は手前の乳歯より背が低く、ふつうのみがき方ではハブラシの毛先が届かず、とても虫歯になりやすいのです。食事をした後、歯磨きをしないと、歯に白いネバネバしたものがついてきます。これが「歯垢」で、１/1000g の歯垢の中に１億個以上の細菌がいるといわれています。歯垢・糖・歯、この３つの重なっている時間が長いほど虫歯になりやすいとされています。大切な歯だけに、虫歯にならないように、生えはじめの小さい歯のときからきちんとケアしたいものです。

出席停止証明書について

新型コロナウイルス、インフルエンザの治癒報告書が一体化され、１枚に両疾患とも記入できるようになりました。単独の場合も使用できます。また、この用紙に限り記入は保護者の方にしていただきます。わからないことがあれば職員室にお声かけください。

お願いします

何度も繰り返しお伝えしていますが、安全・衛生のため、長い髪の毛は飾りのない太めのゴムで結んできてください。乳児の誤嚥を防止するため、絡まないシリコン製の細いものはご遠慮ください。ご協力をお願いします。