



日中の残暑が厳しく、まだまだ暑さは和らぎませんが、時折吹く心地良い風を受けると秋の訪れを感じますね。

子どもたちはたくさん水遊びをしたり、虫を観察したりと夏ならではの遊びを思いきり楽しんでいました。楽しかった水遊びも終わり、作品展や運動会への取り組みが始まります。

この時期は夏の疲れも目立ち始めるので、規則正しい生活を心掛けましょう。

1	金	英語教室 避難訓練	16	土	
2	土		17	日	
3	日		18	月	敬老の日
4	月	公開英語教室 (幼児クラス)	19	火	
5	火	安全生活指導	20	水	英語教室
6	水	英語教室	21	木	
7	木		22	金	体育教室(薔薇組も)
8	金	体育教室(薔薇組も)	23	土	秋分の日
9	土		24	日	
10	日		25	月	絵画教室
11	月	絵画教室	26	火	
12	火	父母会主催 劇団パン	27	水	英語教室
13	水	英語教室	28	木	誕生会
14	木		29	金	
15	金	体育教室(薔薇組も)	30	土	紫陽花組保育参観と試食会



今月のねらい

李組

- ・ハイハイや一人歩きを活発に行い、しっかりと休息をとる。
- ・身近な歌で保育士とふれあい遊びを楽しむ。



桃組

- ・保育士に見守られながら、身の回りのことを自分で行うことを喜ぶ。
- ・好きな遊びを見つけ、じっくりと遊ぶことを楽しむ。

薔薇組

- ・自分の気持ちを保育士や友達に言葉で伝えようとする。
- ・運動遊びを通してジャンプ、しゃがむ、くぐるなど、様々な身体の動かし方を知る。



桜組

- ・季節の移り変わり気づき、自然に興味や関心を持つ。
- ・室内遊びや戸外で体を大きく動かして遊ぶ。

向日葵組

- ・身の回りのことや当番活動を意欲的にを行い、自信をもって生活する。
- ・遊びの中で友達と楽しみ、喜びを共有し合う。

紫陽花組

- ・衣服の調節をする等しながら、健康に過ごす。
- ・友達と互いの思いや考えが分かるように伝え合い、一緒に遊ぶことの楽しさを味わう。



園からのお願い

- ・駐車場に車を停止する際には、アイドリングではなく必ずエンジンを停止するようにご協力お願い致します。また、車内に同乗の方を残してお迎えはおやめください。
- ・9/1より、後藤愛心(ごとう まなみ)が新しく桃組担任となりました。よろしくお願い致します。

今月の歌

☆まつぼっくり
☆大きな栗の木の下で

♪たくさん歌おうね♪





令和5年度 依佐美 清涼保育園



災害の備えはできていますか？



9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する『防災の日』です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

非常時は、こどもはとても緊張状態です。少しでも安心してもらうためには、非常食が大切になってきます。非常食の選び方を確認してみましょう。

こどものための非常食の選び方のポイント



備蓄飲料 〈 いつも家で飲んでいるもの 〉

◎水や緑茶など普段飲み慣れていないものだと、飲むことが出来ず、災害時に水分補給が出来ない可能性があります。



水と混ぜるだけで出来る濃縮タイプの変茶はミネラルも同時に補うことが出来る為、おすすめです！



備蓄食 〈 こどもが好きなもの 〉



・α化米&好きなふりかけ

簡単にご飯が出来上がります。

こどもの好きなふりかけをローリングストックしておきましょう。



・こども用レトルトカレー

こどもの好きなキャラクターが書いてあるものだと、ストレスも緩和され、安心できます。



・長期保存のパン

パンが好きなこどもにおすすめです。プレーンだけでなく味がついたパンもあると良いです。

非常食を食べる日を定期的に設けて、味に慣れておきましょう！

旬の食材「椎茸」

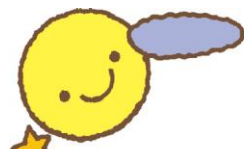
【調理の注意点】



・洗わず食べましょう！（風味が失われてしまいます）

・椎茸の軸は捨てずに食べましょう！（栄養分がたっぷりです）

干し椎茸なら乾物の為、長持ちします！備蓄食料にもピッタリです！



秋の夜空に浮かぶ美しい月を眺めるお月見。

夏が過ぎ、涼しくなり始めたこの時期に満月の夜を見て楽しむのは、日本の秋の風物詩ともいえますね。お月見には収穫に感謝して、月見団子、すすき、芋や栗などの収穫物をお供えする風習もあります。



今月のおすすめレシピ

☆厚揚げの茸あんかけ☆



〈材料〉大人2人子ども2人分

・厚揚げ	250 g
・豚肉	35 g
・人参	40 g
・あさつき	15 g
・生しいたけ	15 g
・えのき	25 g
・まいたけ	20 g
・かつお出汁	130 g
・醤油	小さじ1
・片栗粉	適量
・ごま油	小さじ1/2

〈作り方〉

- ①厚揚げはフライパンで両面を焼いて一口大に切っておく。
- ②人参は千切り、えのきは2cm長さ、舞茸は食べやすい大きさ、椎茸は薄切り、あさつきは小口切りにする。
- ③鍋で豚肉を炒め、火が通ったらかつお出汁を加える。
- ④人参、えのき、茸類を入れ、煮立ったら醤油で味を調え、ごま油を加える。
- ⑤最後にあさつきを加え、水溶き片栗粉でとろみをつけたら、厚揚げにかけて出来上がり！



今月の予定

- 9月28日(木) 誕生会特別食
- 9月29日(金) お月見団子作り
- 9月30日(土) 紫陽花組試食会

紫陽花組の子ども達が、園の畑でたくさん夏野菜を収穫してくれています。採れた野菜は、プチクッキングをしたり、給食に入れていただいています！

～8月の食育活動～

- ・とうもろこしの皮むき(桜組)
- ・おにぎりパーティー(全クラス)
- ・夏の味噌汁作り(紫陽花組)
- ・焼きとうもろこし屋さん(幼児クラス)



2023年度 9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	金	ごはん 豚肉の生姜炒め 薩摩芋とひじきのサラダ	精白米 豚もも肉 調合油 玉ねぎ キャベツ にんじん ピーマン 醤油 料理酒 生姜 薩摩芋 にんじん 胡瓜 ひじき 醤油 酢 いりごま ごま油	1	金	フルーツポンチ	みかん缶詰 もも缶詰 バインアップル缶詰 バナナ
15				15		牛乳	普通牛乳
2	土	チキンライス コンソメスープ	精白米 鶏挽肉 調合油 玉ねぎ にんじん ピーマン ケチャップ キャベツ しめじ じゃが芋 コーン缶詰 ブイヨン 食塩	2	土	ジャムサンド	いちごジャム 食パン
16				16		牛乳	普通牛乳
4	月	ごはん 鶏肉と冬瓜の煮物 なめこめかふのじゃこ和え	精白米 鶏むね肉 生姜 冬瓜 にんじん オクラ 干椎茸 かつお出汁 醤油 みりん 片栗粉 なめこ 絹ごし豆腐 めかぶわかめ しらす干し ゆかり	4	月	ツナコーンパンケーキ	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 普通牛乳 調合油 三温糖 まぐろ水煮缶詰 コーン缶詰
19	火			19	火	牛乳	普通牛乳
5	火	ごはん 鮭のさっぱり焼き 高野豆腐の含め煮	精白米 鮭 酢 醤油 三温糖 高野豆腐 にんじん 鞘隠元 干椎茸 かつお出汁 醤油 みりん 三温糖	5	火	黄粉トースト	食パン きな粉 三温糖 塩 調整豆乳
6	水	食パン 鶏肉のカレーソテー	食パン 鶏むね肉 調合油 玉ねぎ にんじん しめじ じゃが芋 ピーマン 塩 カレー粉	6	水	せんべい 梨	せんべい 梨
22	金	ヨーグルト	ヨーグルト	22	金	牛乳	普通牛乳
7	木	中華飯 里芋のマッシュサラダ	精白米 豚もも肉 生姜 調合油 りょくともやし にんじん 干椎茸 水煮筍 青梗菜 醤油 料理酒 三温糖 ごま油 片栗粉 里芋 鶏挽肉 玉ねぎ 調合油 醤油 みりん	7	木	マカロニかりんとう	マカロニ 調合油 黒砂糖
21				21		牛乳	普通牛乳
8	金	ごはん 豆腐と挽肉の重ね蒸し 春雨ともずくの中華サラダ	精白米 木綿豆腐 片栗粉 豚挽き肉 玉ねぎ 干椎茸 醤油 料理酒 春雨 もずく 胡瓜 まぐろ水煮缶詰 にんじん 醤油 酢 三温糖 ごま油	8	金	おはぎ	もち米 精白米 きな粉 三温糖 塩
20	水			20	水	牛乳	普通牛乳
9	土	茸のあんかけうどん 小魚スナック バナナ	うどん 鶏むね肉 しめじ にんじん えのき 油揚げ ねぎ かつお昆布出汁 醤油 片栗粉 ごまいり味付けいりこ バナナ	9	土	ココアサンド	食パン ピュアココア 普通牛乳 三温糖 コーンスターチ
11	月	里芋ごはん(11日:ごはん) 鯖の塩焼き	精白米 かつお出汁 鶏むね肉 里芋 しめじ 醤油 鯖	11	月	じゃが芋餅	じゃが芋 三温糖 片栗粉 調合油 醤油 片栗粉
29	金	青梗菜と油揚げの煮浸し	青梗菜 キャベツ にんじん 油揚げ 醤油 かつお出汁	29	金	牛乳	普通牛乳
12	火	ロールパン ウインナーポトフ ヨーグルト	ロールパン ウインナーソーセージ 玉ねぎ キャベツ にんじん じゃが芋 しめじ 塩 ブイヨン ヨーグルト	12	火	ビスケット 梨	ビスケット 梨
26				26		牛乳	普通牛乳
13	水	ごはん 厚揚げの茸あんかけ	精白米 厚揚げ 豚もも肉 にんじん あさつき 椎茸 えのき まいたけ かつお出汁 醤油 片栗粉 ごま油	13	水	お好み焼き	薄力粉 ベーキングパウダー かつお出汁 鶏卵 豚ひき肉 キャベツ ねぎ ウスターソース ケチャップ
27	水			27	水	牛乳	普通牛乳
30	土	キャベツの納豆和え	キャベツ ひきわり納豆 コーン缶詰 かつお節 醤油				
14	木	ドライ豆カレー	精白米 豚挽き肉 玉ねぎ にんじん ピーマン 大豆水煮缶詰 カレー粉 ウスターソース 醤油	14	木	黒糖わらび餅	片栗粉 黒砂糖 きな粉
25	月	冬瓜ときのこのスープ	冬瓜 にんじん しめじ えのき 干椎茸 昆布出汁 鶏がら出汁 塩	25	月	牛乳	普通牛乳
28	木	ごはん ひじきハンバーグ 薩摩芋サラダ	精白米 鶏挽肉 絹ごし豆腐 玉ねぎ にんじん ひじき 醤油 片栗粉 薩摩芋 にんじん 胡瓜 まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ いりごま	28	木	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップ 梨 普通牛乳



保健だより 9月

依佐美清涼保育園

朝夕は少しだけ涼しくなってきましたね。園庭遊びもそろそろ再開できそうです。お部屋で過ごすことが多かったので、外遊びの際は怪我のないよう気をつけていきたいと思います。



9月9日は救急の日です



<応急処置の基礎知識>

☆擦り傷☆

傷口を洗浄する・・・水道水で砂や泥などの異物をしっかり取り除く。

傷口を止血する・・・清潔なガーゼなどで傷口を圧迫する。出血が多い場合は傷口よりも心臓に近い位置にある動脈を圧迫する。

傷口を密封する・・・止血したら傷口を外部から守るため清潔なシールやラップで密封する。

※まずは傷口の異物をしっかりと取り除くことです。

異物の除去さえ徹底できれば、消毒しなくても化膿せずきれいに治るとされています。



☆鼻血☆

姿勢を楽にする・・・椅子などに座らせて楽な姿勢を取る

小鼻をつまみ止血する・・・ややうつむき加減になり、小鼻を両側から強めにつまんで圧迫する。口の中に血が流れ込んだらこまめに吐き出す。



☆蜂さされ☆

その場から離れる・・・近くに多数の蜂がいることもあるため、すぐにその場を離れる。

患部を水で洗い流す・・・洗い流して毒を薄め、冷やして腫れや毒の回りを抑える。

毒針を取り除く・・・毒が再注入されるのを防ぐため、毛抜き等で取り除く。

毒を絞り出す・・・患部を洗いながら指でつまんで血液と一緒に毒を絞り出す。

皮膚科を受診する・・・保冷剤などで冷やししながら速やかに受診する。

※痛みと心理的ショックからパニックになりがちですが、どの蜂に刺されても対処法は同じなので慌てず冷静に対処しましょう。



夏の疲れや台風などの気圧の変化で、体調を崩しやすい時期です。来月からは運動会の練習も始まる予定です。体調には十分注意しましょう。

