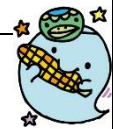
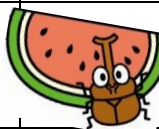




8月 園だより

徳重清涼保育園



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	絵画教室					
9	10	11	12	13	14	15
	夏期保育	山の日	夏期保育	夏期保育	夏期保育	
16	17	18	19	20	21	22
	絵画教室		誕生会 安全生活指導 英語教室		体育教室	
23	24	25	26	27	28	29
	絵画教室		避難訓練		体育教室 (童・幼児)	デイキャンプ (紫陽花組) 13時降園予定
30 	31 絵画教室					

今月のねらい

たんぽぽ組

- 安心できる環境の中で十分な睡眠をとり、しっかり休息していく。
- 手先を使った遊びを楽しめるようになり、集中して取り組む。

桃組

- 食事の挨拶や簡単な生活習慣を保育士の真似を通して知る。
- 他児との交流を通して名前を呼んだり簡単なやり取りを楽しむ。

菫組

- 水分補給をこまめに行い、個々の体調の変化に留意しながら過ごす。
- 朝顔の観察を通して、生長に興味と関心を持ち、感じた気持ちを友達と共有して楽しむ。

桜組

- 暑さや汗を感じながらこまめな水分補給や着替えを進んで行おうとする。
- 自分のイメージを友達に伝えたり、友達のアイデアを取り入れたりしながら、簡単なごっこ遊びや構成遊びを楽しむ。

向日葵組

- 生活に必要なことを、自分なりに考え行う。
- 泥んこ遊びや水遊びなど夏ならではの遊びを、思う存分楽しむ。

紫陽花組

- 友達とイメージを出し合いながら遊びを通して友達との関わりを深める。
- 行事を通して仲間との関係を深め、自信をつける。

園からのお願い

- ・8月10・12・13・14日は夏期保育のため、就労証明書が必要です。
- ・8月29日(土)に、紫陽花組のデイキャンプを行います。

来月の予定

- 1日(火) 消防署見学(向日葵組)
- 2日(水) 防災訓練・引き渡し訓練
- 8日(火) 老人ホーム訪問(紫陽花組)
- 16日(水) 誕生会・安全生活指導
- 17日(木) 防犯訓練
- 26日(土) 桜組参観・給食試食会
- 29日(火) 交通安全指導

今月の歌

- ・アイアイ
- ・おばけなんてないさ





8月 給食だより

徳重清涼保育園

夏の暑さも本番になり、食欲が落ちる日もあるかと思います。給食では、さっぱりとして食べやすい献立や食欲が出るような味付けなどの工夫をしています。今月は食欲が落ちた時にも食べやすい“ビビンバ”のレシピを紹介します。子ども達に人気のレシピですので参考にしてみてください。

『ビビンバ』のレシピ



＜材料＞ 大人2人・子ども2人分

	人数分	
・ ご飯	150g	
・ 豚挽肉	少々 (1.2g)	
・ 生姜	少々 (1.2g)	
・ にんにく	少々 (1.2g)	
・ 醤油	小さじ1	A
・ 砂糖	小さじ2	
・ 酒	小さじ1	
・ 豆もやし	80g	
・ 人参	35g (1/4本)	
・ ピーマン	40g	
・ ごま油	小さじ1	B
・ いりごま	小さじ2/3	
・ 塩	ひとつまみ (1.2g)	
・ 醤油	小さじ1	

＜作り方＞

1. ご飯を炊いておく。
2. 豆もやしは2～3cm長さに切り、人参とピーマンは千切りにし、茹でて水気を搾ったら、調味料Bで和えておく。
3. フライパンで、豚肉とおろした生姜・にんにくを炒め、色が変わったら調味料Aで味付けをする。
4. 茶碗にご飯を盛り、②の野菜と③の肉をのせたらできあがり！

☆ 季節によって野菜を胡瓜や法蓮草等に変えて作ってみてください！

☆ お好みで目玉焼きをトッピングしたり、大人はコチュジャンやキムチなどを加えてもいいですね！

食育活動

6月下旬、向日葵組さんたちが『豆苗の根っこ』の再生栽培に成功！毎日水を取り替えていたらぐんぐん伸び、立派な豆苗になりました。伸びた長さを確認したり、匂いをかいだりしてみんなで観察した後は、おやつ時間に『ラーメン』に入れて食べてみました。麺と人参を茹でた中に豆苗を加えて軽く火を通したら出来上がりです。自分たちで育てた野菜を見て笑顔の子ども達は、残さず食べていました。



今月の目標

しっかり食べて
暑い夏を元気に
乗り切ろう。



2026年度

8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 15 29	土	梅じゃこ炒飯 若布スープ	お菓子 牛乳	しらす干し・木綿豆腐 普通牛乳	精白米・調合油 胡麻油・お菓子	梅干し調味漬・青ピーマン カット若布・人参・コーン缶詰粒 青梗菜
3	月	ごはん ゴーヤチャンプル 胡瓜のゆかり和え	フルーツあんみつ 牛乳	豚肉・木綿豆腐・鶏卵 削り節・こし餡 普通牛乳	精白米・調合油 グラニュー糖	苦瓜・緑豆もやし・人参 キャベツ・胡瓜・梅びしお 粉寒天・蜜柑缶詰・黄桃缶 パインアップル缶詰
4 ・ 24	火 ・ 月	ビビンバ 冬瓜サラダ	4日塩レモンケーキ 24日 メロンパン風トースト 牛乳	豚挽肉・鶏卵・普通牛乳 まぐろ水煮缶詰	精白米・三温糖・胡麻油 煎り胡麻・擦り胡麻 薄力粉・調合油 食パン・グラニュー糖 有塩マーガリン	大豆もやし・人参・青ピーマン 冬瓜・胡瓜 レモン果汁
5 ・ 28	水 ・ 金	ごはん 茄子入り麻婆豆腐 モロヘイヤのおかか和え	豆乳葛餅 牛乳	木綿豆腐・豚挽肉・豆味噌 削り節・調整豆乳 黄粉・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 三温糖・葛粉	玉葱・茄子・萵 キャベツ・モロヘイヤ
6 ・ 21	木 ・ 金	ごはん 鰯の梅しそ焼き 高野豆腐と南瓜の煮物	6日ジャムサンド 21日ポテサラサンド 牛乳	鰯・凍り豆腐 まぐろ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・三温糖 食パン・じゃが芋 マヨネーズ	梅干し調味漬・紫蘇の葉 栗南瓜・鞘隠元 乾椎茸・人参 苺ジャム
7 ・ 20	金 ・ 木	ロールパン 夏野菜のスープカレー カルシウムヨーグルト	お菓子 果物 牛乳	鶏肉 カルシウムヨーグルト 普通牛乳	ロールパン・カレールウ お菓子	栗南瓜・玉葱・人参・青ピーマン 茄子・コーン缶詰粒・果物
8 ・ 22	土	ねばとろ素麺 小魚スナック 果物	お菓子 牛乳	納豆・しらす干し 煮干し・普通牛乳	素麺・お菓子	オクラ・めかぶ若布 果物
10	月	ミートソーススパゲティ コンソメスープ	クラッカーサンド 牛乳	ミートソース缶詰 普通牛乳	スパゲティ スナッククラッカー じゃが芋	ミックスベジタブル・玉葱 苺ジャム・コーン缶詰粒
12 ・ 27	水 ・ 木	ごはん 鰯の煮付け 切干大根の煮物	12日 メロンパン風トースト 27日スナックパン 牛乳	鰯・油揚げ 普通牛乳	精白米・食パン 有塩マーガリン グラニュー糖・薄力粉 スナックパン	切り干し大根・人参・乾椎茸 鞘隠元
13 ・ 26	木 ・ 水	青椒肉絲丼 トマトのじゃこサラダ	13日オレンジゼリー 26日ピーチゼリー 牛乳	豚肉・しらす干し 普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉 胡麻油・調合油	青ピーマン・赤ピーマン 黄ピーマン・筍水煮缶詰 緑豆もやし・トマト・キャベツ 胡瓜・オレンジジュース 蜜柑缶詰・粉寒天・ピーチゼリー
14 ・ 25	金 ・ 火	食パン 鶏肉と夏野菜のトマト煮 カルシウムヨーグルト	お菓子 果物 牛乳	鶏肉 カルシウムヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃが芋 オリーブ油・お菓子	玉葱・茄子・ズッキーニ 青ピーマン・コーン缶詰粒 トマト トマトケチャップ・果物
17	月	おにぎり 高野豆腐の味噌汁	マカロニかりんとう 牛乳	塩鮭・凍り豆腐 豆味噌・普通牛乳	精白米・炒り胡麻 胡麻油・調合油 マカロニ・黒砂糖	塩昆布・青海苔 切干大根・カット若布 コーン缶詰粒
18 ・ 31	火 ・ 月	ごはん 豚肉と冬瓜の煮物 オクラの納豆サラダ	18日冷や汁 31日ジャムサンド 牛乳	豚肉・納豆・鶏肉 赤色辛味噌・木綿豆腐 普通牛乳	精白米・三温糖 マヨネーズ・押麦 擦り胡麻・食パン	冬瓜・人参 乾椎茸・オクラ キャベツ・コーン缶詰粒 胡瓜・浅葱・苺ジャム
19	水	ごはん タンドリーチキン ひじき入りポテトサラダ	誕生会ココアプリン 牛乳	鶏肉・プレーンヨーグルト 調整豆乳 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・じゃが芋 炒り胡麻・マヨネーズ 三温糖	人参・胡瓜 乾ひじき・粉寒天





8月ほけんだより



徳重清涼保育園

熱中症が心配な暑さが続きますが、夏には夏風邪やアタマジラミなど時々大流行するものがあります。そのうちの二つを下記で取り上げました。どちらも大人でも感染し得るものです。家族で楽しい夏を満喫するためにも是非知っておいてください。

頭ジラミ



保育所や小学校で時々集団発生して問題になる寄生虫に「アタマジラミ」がいます。体長は3mm程で、白っぽい灰色をしています。こどもの頭皮に好んで寄生し、髪の毛の根元に白い卵を産みます。血を吸われると頭がとてめかゆくなります。



<チェック方法>

髪の毛の根元に卵がないか定期的にチェックしましょう。成虫は数が少なく見つけにくいのですが、卵は頭皮から1~2cm離れた毛髪の根本にしっかりくっついているため比較的に見つけやすいです。フケに似ていますが軽いブラッシングや手で払っても簡単に落ちないのが特徴です。

<駆除方法>

皮膚科では駆除剤の処方してくれないので、市販の駆除剤を自分で選び使用方法をよく読んで対処していきます。必ず大人が洗浄や塗布を行ってください。

<家族にうつさないための予防>

掃除機をしっかりとかけて、床に落ちた髪の毛を吸い取りましょう。布団、枕カバー、シーツ、タオル、下着などは、毎日こまめに取り替えましょう。また、これらの共用は避けましょう。洗濯する前に乾燥機や熱湯で熱処理し、洗濯後にはアイロンをかけると効果的です。



手足口病



ウイルス性の夏風邪の一種で飛沫感染します。手足や口の中に水疱や赤い湿疹が出るのが特徴で、症状は3~5日で治まりますが、2~4週間は便からウイルスが出るので周りに感染させないよう注意が必要です。今年は全国的に大流行しており、愛知県でも手足口病警報がでています。手足口病にはいくつか型があるのですが、今年目立っているCA6型は以下の特徴があります。

CA6型の主な特徴

- ・発疹が広範囲に出やすい（手のひら・足の裏だけでなく、お尻・太もも・胸・お腹・背中・頭皮などにも広がる）
- ・発疹が大きめで少し平らなものが多い
- ・熱が高めに出るお子さんもいる
- ・口の中の痛みが強く、食事が取りにくい
- ・治った後、数週間~2ヶ月くらいで爪が浮いたり剥がれたりすることがある（爪甲脱落症）
- ・大人もかかると症状が強く出やすい。



口の中の水疱が痛くて食べられない時も水分補給だけはしっかり行いましょう。食欲があるなら冷たいスープなども良いですよ。