社会福祉法人 種の会　アルテ子どもと木幼保園
〒164-0001　中野区中野 1-59-5
Tel 03-3365-0602
ホームページ URL http://www.tanenokai.jp/

2023 6 えんだより

ArteKodomotoKi

お知らせ

・NHK Eテレ「すくすく子育て」　「戦争のこと 子どもにどう伝える？」
取材のアンケートにご協力下さりありがとうございました。
６月１０日（土）放送予定　　午後０時３０分～午後０時５９分　是非ご視聴下さい。

・暑い日には水分と休息をこまめにとり熱中症に注意します。
ご家庭でも登園する前に水分補給をお願いします。

・髪の毛の長いお子さんは必ずご家庭から結んで登園して下さい。
華美な飾りのあるゴムは園帽子を被る時に痛がったり、上手くかぶれなかったりすることがあります。飾り付きゴムは他児の誤飲にも繋がり危険です。髪ゴムはシンプルなものでお願いします。

・蚊に刺されやすいお子さんは、朝ご家庭で虫よけをして登園してください。貼るタイプや身に着けるタイプのものは取れる危険性があります。（薬品ですので）ご遠慮下さい。園ではお散歩の前や夕方外に出る場合に園の虫よけスプレーをしています。

・朝、連絡簿に記入した降園予定時刻より遅れる時は、必ず事前に電話にてご連絡ください。

June　6　2023						
sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
				1 0歳健診	2	3
4	5 音楽あそび	6	7 運動あそび	8 発育測定	9	10
11	12 音楽あそび	13	14 全園児健診 運動あそび	15	16	17
18 父の日	19 音楽あそび	20 お話びっくり箱 避難訓練	21 運動あそび	22	23 誕生会	24
25	26 音楽あそび	27	28 運動あそび 5歳 プラネタリウム	29 歯科健診	30	

みなさんの植えた花々が屋上園庭を彩豊かにしています。
保護者懇談会、ファミリーデーのご参加ありがとうございました。お子さんのキラキラ（我が子自慢）では、「家族で相談しました」という方や「本人に聞いてみました」という方も。心のあたたまるエピソードがたくさん聞かれました。
認めてもらう喜びは、自分を大切に思う気持ちを育んでいきます。「できた」という結果だけでなく、ありのままの良さや取り組んでいる姿勢に目を向けていけたらいいですね。

園長　山田寿江

子どもとの暮らしを楽しむ

乳児の保護者の方から「今日は来て良かった～」「親子でいろんなふれあい遊びができて楽しかったです」と感想をよせて下さいました。**ふれあい遊びは、**心と心を安心でつなぎます。
子育ては楽しいことばかりでなく、悩むことや辛いと感じることもいっぱい。戸惑いや失敗と思うこと、思い通りにならずにイライラすることも…　完璧な子育てなんてありません。
「しかたない」「まぁいいか」と、おおらかに構えるのが秘訣です。子どもと大人は「育ち合う」間柄です。ふれあい遊びが、子どもとの暮らしを楽しめるヒントになれば幸いです。

育ちあい

ああでもない　こうでもない
ケンカをしたり　助け合ったり
あなたも　わたしも
ともに　日々を暮らしながら
ともに　育ちあっていく

みんなで子育て

頼りあって　助けあって
おたがいさま
支えあえる子育て仲間
どんどん　広がっていく
みんな　そばにいるよ

みんなで大きな輪、できたねー！

幼児さんの連絡帳から「〇〇くんのパパの背中が大きかった！」「いろいろな子を抱っこしてみると我が子とは違うな…」などの感想がありました。「どこでもいい～♪誰でもいい～♪」と、人数を増やして楽しみながら関わりを広げていきます。最後に5歳さんは、みんなで大きな輪をつくりました。
「ママをひとりじめして過ごせて、体を使って遊んだことが、とても楽しかったようです」という感想も。実は、これが一番！だったのかもしれませんね。

自然となかよくなろう

庭師の北林さんが、「園庭の植栽がとても大切にされている」と話して下さり嬉しく感じましや。これからの時代の自然は、厳しさもありますが、共存が求められます。「自然の豊かさ」を身近に感じられる環境を大切にしたいと思っています。
日々の遊びを通してたくさんの生きもの「いのち」と出会い、関りを深めていきたいと思っています。
今年は梅雨入りが早そうです。子どもは、雨とも仲良しです！

こうしてみよう　やってみよう

主任：中村

２歳児クラスをのぞくと、線路をつなげ汽車を走らせて遊んでいました。
つなげると山になるレールを片方しか見つけられず、〝もう一個ないな〟という表情をしていました。
「もう一個なかったかな？」と言いながら保育士が箱の中を探し始めると、気になるものの汽車を走らせる事に夢中になっていました。
「あったよ」と渡すと笑顔でつなげ、何度も山を走らせていました。

遊んでいるうちにもう一個山を作りたくなったようで、今度は自分でレールを探し始めました。しかし同じレールはなく別の形をした物を手にとりました。山の形にしようとするも、思うようにいきませんでした。保育士が「これだと作るの難しいね」と声を掛けると、「こうやったら出来るよ」と台になるような玩具を持ってきてその上にのせ、見事山をもう一個作る事が出来ました。

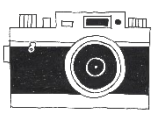
大人目線で「それは無理だよ」「こうしたら簡単」と思い、ついつい先に声を掛けたり手を出したりしてしまいます。子どもたちはこうしたらどうなるかな？　こうやったらできるかも！というように、自分で経験する事が楽しく、そして次の不思議が生まれ、またやってみたと興味が広がっていきます。こういう経験を繰り返していく事で、夢中になって活動に取り組めるよういなったり、どうすればいいかなと自分で考え何度も上手くいかない事を経験したりして出来た時の達成感を味わっていきます。
子どもの興味に大人も一緒になって「なんでだろう？」と思ってみると、まだまだ知らない発見が私たちもできるかもしれませんね。

わたしのやり方

主任：黒木

アジサイの花を５歳ナノ組の４名と描きました。「私はピンクにする」「ぼくは水色がいい」「紫色の絵の具ないね～」自分で色を選び、パレットの上で混色をしてから花びらを描きます。Ａさんだけは、紙の上に渦を巻くように絵の具をのせ、次の色をのせてはグルグルと混色することを黙々と行っていました。「Ａちゃんの色、汚くなってるよ」とＢさんが言うと、「いいのっ」と少し怒ったように返答し混色を続けました。

「できた！」Ａさんはその上に鮮やかな色をポンポンとのせていきました。「本物のアジサイの色みたいでしょ」と嬉しそうです。確かに奥行のあるアジサイが描かれています。「最初から、こうやろうと決めていたんだ！」自分のやり方をイメージし、迷う事なくやりきって満足する姿に感心しました。



※今月の表紙の写真はゆうじ先生が撮ったナイスショットです。イングリッシュイマージョンを担当するゆうじ先生は、カメラマンのお仕事もしているんです。ファミリーデーの親子の素敵な瞬間を捉えた写真。さすがですね。

表紙画：５歳ナノ組　ゆづきさん、みずきさん、みきさん、ちひろくん
６月のイメージでアジサイ画を透明フィルムにスタンピングで共同制作しました。

0ato

園生活にも少しずつ慣れてきた子ども達。保育者に抱っこを求めたり、目が合うと笑顔になったり、保育者を安心する存在だと感じるようになってきたようです。S さんは目が合うと、保育者の所まで這って来てくれます。保育者と手を繋ぎ歌に合わせて腕を動かすと、満面の笑みを浮かべていました。お部屋にジャンボクッションを出した時、K さんは初めクッションに座ることをためらっていました。しばらく保育者の膝の上で一緒に体を揺らしていると、クッションに座って周りのものにも手を伸ばし始めました。保育者が側にいることで安心感を抱き、周囲のものへ興味をもって触れることができたようでした。

友達の顔を覗き込んだり友達に触れてみたりと、周りの友達に興味を示す姿も見られます。I さんはカゴからブロックを取り出して遊んでいました。すると、Hくんも「なんだろう？」というように側に来てブロックを触り始めます。I さんはHくんの存在に気付き、ブロックをHくんに渡すように差し出しました。Hくんに受け取ってもらうと嬉しかったようで、繰り返し「どうぞ」というように渡していました。言葉はなくとも友達の存在を感じ取り、同じものを共有することを楽しんでいる様でした。

また、保育者や友達がままごとで遊んでいると、「ぼく（わたし）もやりたい！」というように集まってきます。A くんと R さんはテーブルにつかまり立ちをするとお互いの顔を見ていました。R さんがテーブルをたたくと A くんも真似をしてたたき、2 人とも笑顔になりました。A くんは R さんの行動に反応し、互いに同じことをする喜びを感じているようでした。

0歳児の子ども達には「友達」という感覚はないかもしれませんが、大人とは違う子ども同士の関わりに新鮮さを感じています。これからも子ども同士刺激し合いながら、一緒に過ごす心地良さを感じていくことでしょう。

1ato

見て見て！せんせい！

５月初旬、園庭にグミの実がたくさん実っていました。地面にちらほら落ちていたので、子ども達がどう反応するか見守っていると、不思議そうに拾い上げるＴくん。少し指で触った後、安全と感じたのか「あった！」と言って保育者に見せてくれました。戸外では虫探しに夢中で、「アリ！」と言って眺めたり、触ろうとしています。最近ではテントウ虫やカエルを見つけてみんなで発見を喜びました。自分で見つけたり、保育者に教えてもらったりして、発見を共有しています。言葉ではうまく言い表せない時期の子ども達の発信をこれからも受け止めていきたいと思っています。

まねっこ楽しいな

友達と一緒の空間で遊ぶことで、友達への興味が高まってきました。運動遊びでは、自分のやってみたい動きだけでなく、友達と同じ動きをして楽しむ姿が見られています。

梯子を渡る場面では、Ｍくんの動きをＡさんがじっと見つめていました。友達の真似をすることで、普段しないような体の動かし方をしたり、意識して体を動かしたりして刺激を受けているようです。

サーキットの一本橋では、誰かがお尻をついて前へ進むと、後ろにいた子ども達も真似しています。“同じ”を通して友達と交流しているように見えます。友達を知ろうとする一歩なのかな？と感じています。

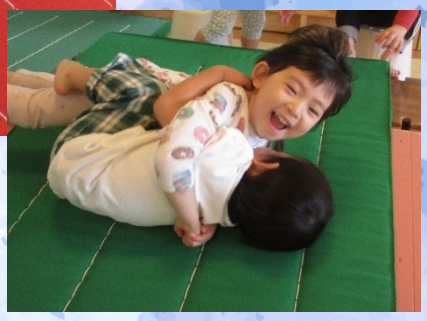
2pico

「はい、どうぞ！」

乳児クラスの１階の中ではお兄さんお姉さんの２歳ピコ組の子ども達。合同保育の時間では、０歳アト組の友だちを見て「赤ちゃん、可愛いね」と興味津々に覗き込み、優しく撫でる姿も見られます。
日々お姉さん、お兄さんに憧れがある反面、まだまだ甘えたい、そんな気持ちが行ったり来たりする姿が微笑ましいです。
ある日、園長先生と一緒にMちゃんとAちゃんは屋上に草花を採りに行ってきました。戻ってくるとお部屋にいた友達が自然と集まりテーブルを囲みます。花瓶に採って来た草花を挿すとみんなで眺め、ちょんちょんと触ってみたり、「ピンクのお花だね」「黄色もあるよ」と会話をしたりして盛り上がっていました。その中にラベンダーのお花があり、近くにいた保育者が匂いを嗅ぐと見ていたAちゃんが真似して嗅ぎました。「わぁ！匂いする！！」とにっこり。すると「はい、どうぞ」と隣にいたお友だち一人ひとりにラベンダーの葉を差し出し、みんなでクンクン！何周も回って嗅いでは笑ってを繰り返していました。

この時期、園庭にはたくさんの虫さんが遊びにきていています。今、２歳ピコ組の子ども達は園庭に出る度に「アリさんいるかな」「ダンゴムシいるかな」と虫探しに夢中です。
虫が大好きなＡちゃんは両手いっぱいにダンゴムシを抱えてご満悦♪その隣には虫に興味はあるけど触るのはちょっぴりドキドキなＣちゃん。「ダンゴムシ見せて」と言ったＣちゃんに優しく「はい、どうぞ～」と見せてくれました。
近くの保育者が「Ｃちゃん、触ってみる？」と聞くと少し不安そうにしながらも「うん」と答えました。
Ａちゃんは優しくＣちゃんの手に乗せようとしながら「だいじょうぶ」と声をかけました。ダンゴムシを乗せると頭をいいこいいこして「ね♪」とにっこり♪ドキドキのＣちゃんもＡちゃんの顔を見てにっこりしました。相手を思いやる気持ちと、不安なことも友達と一緒なら大丈夫なんだ～という安心感が伝わって来た瞬間でした。

Nano3



～“友達”という存在～

音楽遊びやサーキットでは、友達と関わる瞬間が多くあります。音楽遊びでは、みんなでイメージを膨らませながら体を動かしたり、サーキットでは２人組になってユニットに挑戦したりします。特にサーキットでは、２人でひとつのフープを握って一本橋を渡ったり、抱き合ってマットの上を転がったりと協力して成し遂げるコースが設定されています。子どもたちは友達と一緒に頑張ることが大好きです！自分たちの番が来た時には嬉しそうに、楽しそうに一緒に挑戦する姿があります。また、嬉しさだけじゃなく、触れ合うことにちょっぴり恥ずかしさを感じて照れ笑いを浮かべる姿もあります。

友達と同じ動きをしたり協力したり、逆に違った動きをして個性を出してみたり……。活動を通して関わり合うことで子ども達のなかの“友達”という存在が強く大きくなっていくことでしょう。

～２人だけの秘密の会話～

ＹさんとＳさんは大の仲良し！毎日一緒に遊んでいます。遠足で桜山公園に行った日のこと、いつものように一緒にいる２人の姿がありました。この日は初めて行った公園の滑り台に挑戦していました。楽しく滑っていたのですが、途中でＳさんの靴がコロリと脱げ落ちてしまいました。Ｙさんがそれに気付き、Ｓさんを連れて滑り台を降ります。そして縁石までＳさんの手を引くと、Ｓさんの足をグイっと持ち上げて靴を履かせてあげようと頑張っていました。何やら小さな声で会話をしながら……。そこで、２人のやり取りを聞くために、そーっと気づかれないように近づいてみることにしました。

（どうしてそーっとなのかというと、２人の中には２人だけの世界があるのです。２人は遊んでいる時、小さな声で会話をしていることがあります。ですが、大人が近づくとたちまちこちらを意識する素振りでピタッと会話を止めるのです。）その日も案の定会話は途切れ、Ｓさんに「ねぇ、Ｙちゃん、先生が来たよ。」と耳打ちされてしまいました。２人の会話は残念ながら聞き取れませんでしたが、この日も２人だけの世界があったようです。まるで秘密を共有するかのような２人の関係に親密さを感じ、微笑ましく思いました。

4nano

５月の連休明けくらいからは、子ども達の気持ちもほぐれてきたようで、それぞれの個性を発揮するようになりました。新しい友だちとも信頼関係を深めています。子ども達の「やってみたい！」や「やりたい！」という気持ちを大切に受け止め、意欲的に取り組む姿を見守っていきたいと思います。
周囲の視線は気にせずに「ありのままで良い！」と子ども達が思えるようにいつも味方でありたいです！

～たのしかった遠足～

４歳５歳で一緒に行った遠足。登園後は、天気がはっきりせずみんなドキドキ！でした。それでも、大興奮の子ども達の遠足に行きたいパワーが強かったのか(笑)無事に行ってくる事が出来ました。平和の森公園まで長い道のりでしたが子ども達はお互いにリードしあって歩いていましたよ。
公園に到着すると、茂みの上を飛んでいるチョウチョに興味津々で自分の帽子を使って捕まえようと必死でした。大きい滑り台や大きな陸上トラックで遊べる事が分かると、待ちきれずに先へ先へと急ぐ姿も。陸上トラックでは、自ら走りたい５歳の子が「よーいスタート！」の合図と同時に走り出すと、それを見ていた４歳の子も自然と刺激を受けたのか後を追うように走っていきました。
５歳の子は、あっという間に半分くらいを走り抜けていましたが、４歳の子は半分くらいの所で疲れ果てて座り混んでいました。きっと、走る前の「自分には出来る！」と言うイメージと、実際に走ってみてからのイメージは全く違ったようですね。途中から少しずつ雨が降り出してきた為、急いでお弁当の準備をしました！お弁当の準備はみんなとにかく早くて驚きました。いつもと違う場所で友だちと一緒に食べられるお弁当は、とっても美味しかったと思います。
雨も次第に強くなり、こちらが声を掛けなくても自分たちでレインコートを出してリュックの上からレインコートを着ていました。「手伝おうか？」と声を掛けると「先生、大丈夫だから！」と、あっさり言われてしまいました。成長を感じつつ、日々の着なれている姿が伺えました。帰りは、雨で足取りが重くなりましたが、４歳５歳でお互いに協力して頑張って帰ってきました。いい思い出が出来ました。

5nano

誰かのために

当番活動が始まりました。育てている野菜に水をあげたり、食事の準備や片付けをしたりしています。登園してすぐに「今日のお当番だれ～？」と聞きに来る様子から、意欲や期待を感じます。
食事の時間は友達のために盛り付けをします。「同じにしますか？少なめにしますか？」という短い対話を通して、普段はあまり一緒にあそばない友達とも関わる機会を持つことができます。「今日は〇〇君にご飯入れてもらった！」と笑顔を浮かべて教えてくれた子もいました。

頼まれたこと以外にも、率先してイスをきれいに並べ直したり、年下のクラスのことも気にかけたりしてくれます。自分のことだけでなく周りをよく見ているからこそ、「手伝いしようか？」「あとは何やればいい？」という気持ちが湧いてきます。友達や保育者を思って行動する姿は、とても頼りになります。当番活動を通して、“人のためにやる”経験が周囲への気付きや思いやりに繋がってほしいです。

シロツメクサの花冠

屋上にたくさんのシロツメクサが咲きました。保育者がシロツメクサを編んで花冠を作ろうとしていると、興味を持ったＭさんが「どうやってやるの～？」と聞きにきました。
「ここをばってんにして～、前にくるっとやって～……」と実際に目の前でやりながら教えると、早速実践します。引っ張りすぎると茎がちぎれる。かと言って優しくやり過ぎるとゆるゆるで固定されない。試行錯誤しながらも一生懸命編んでいました。
その後も興味を持った子が集まってくると、自分が教わったことを友達と教え合う姿がありました。保育者が伝えたことを子ども同士で伝え合い、あそびや学びが広がっていく姿がとても嬉しかったです。

幼児になると子ども同士での関わりが増え、保育者は見守る時間が多くなります。
でも時には子どもと一緒にあそぶのも大切だな～と感じた時間でした。一緒にあそぶことは、その子の好きなことや夢中になっていることを知るきっかけにもなります。これから新たな一面を知れるのが楽しみです。

「ナイス！」

今、５歳ナノ組のトレンドといえばドッジボール！
公園に行くと待ってましたと言わんばかりに「ドッジボールっ」と大合唱が聞こえてきます。はじめた頃は、自分がボールを取って投げることに必死だった姿が、最近はあまり投げていない子に譲ったりキャッチした仲間に「ナイス！」と声をかけたりと、嬉しいプレースタイルがよくみられます。
ゲームを通して、友達を見たり褒めたりする思いやりの気持ちが芽生えているようです。

2019「彩（いろどり）～いろんな色があるね～」　2020「Art Festival」
2021「ARTE 出会う・あそぶ・もの語る」　2022「移ろう・変わる・めぐる」
（ これまでの『アート展』テーマ ）

2023「 インスピレーション つながるカタチ 」

上記の言葉は過去４年間の『アート展』のテーマです。皆さんもよくご存じかと思いますが、『アート展』は 12 月の第１週の土曜日、今年度は 12 月２日に開催されます。そして今年度のテーマは *「インスピレーション つながるカタチ」*。

「え？！もう『アート展』の話題？？」そう思われるかもしれません。ですが実は今年の『アート展』のテーマ「インスピレーション つながるカタチ」は、今年一年間を通した本園の保育活動全体のテーマにもなっています。

「つながる」から想いを馳せたとき、皆さんは何をイメージされるでしょう。人とのつながり、モノとのつながり、コトとのつながり、そして自分自身とのつながり、さらにそのプロセス…

看護師の先生に何気無く尋ねると「つながるカタチ… 私は DNA しか思いつかないわ」と。この応えに私はビックリ。人それぞれのバックボーンにより、イメージが違うことを強く感じました。

今回ご紹介する子ども達の様子は、５月の半ばに３・４・５歳が一緒に高根公園に散歩にでかけた時のこと。公園にある三角形の位置に設置されたイスを使って遊ぶ５歳の子ども達。３人は同時に隣りの子が立っていたイスに飛び移ります。失敗してしまった子は待っている子と交代するルールです。

５歳が遊びを終えしばらくすると、４歳の二人がやって来ます。まだ少し怖いためか、なかなか一歩が出ません。そしてその４歳が他の遊びに移ると、一人で挑戦しているのは… ３歳の女の子。

一緒には遊んでいなくても、何かがつながっている。

木登りを楽しむ子ども達。カメラの近くで笑顔を向ける３歳、少し高い木の枝に力強く足をかけるのは上を見上げる４歳。そしてその先にいるのは… やっぱり５歳。

「つながるカタチ」というメガネ（テーマ）は、きっと思いもよらぬ素晴らしい子ども達の姿に出会うきっかけとなることでしょう。

今回は公園での出来事でしたが、子ども達の創造的な活動と「つながるカタチ」については、また別の機会にお届けしようと思います。（文責：一然）

ほけんだより

～ 早寝早起き指導～

「はやね、はやおき、あさごはん」の絵本の読み聞かせを行いました。
読み聞かせ後、子どもたちに「夜更かしや朝ごはんぬきの生活をしているとどうなる？」と質問すると「病気になる」「傷が治らない」と絵本の内容をしっかり理解して答えていました。寝不足や朝ごはんを食べていない状態だと、保育園での活動にも影響します。生活リズムが崩れないように日頃から気を付けていきましょう。

5 歳クラスには、朝は何時に起きる？夜は何時に寝る？とプリントを渡して子どもたちに考えてもらいました。ご自宅でも時計を見ながら起きる時間・寝る時間について子どもたちと話してみてください。

～はしかについて～

東京でも３年ぶりにはしかの感染が確認されました。
はしかの症状は高熱が２～４日続きます。一旦熱が下がったあとに再び高熱になり、その後全身に赤い発疹が出現します。
矢野先生からもはしかに感染するとかなり症状がつらいため、予防接種は受けておいた方がよいとお話がありました。特に予防接種を終えていない１歳未満の子どもたちや抗体が下がってきている可能性がある大人は注意が必要です。

schedule

０歳児健診	６月　１日（木）
発育測定	６月　８日（木）
全園児健診	６月 14 日（水）９：30～
歯科検診	６月 29 日（木）９：30～
６月保健指導	「歯みがき指導」

Lunch & Snack time

食育だより

アルテの畑では、じゃがいもの葉がグングンと育っています。じゃがいもは、ナス科の植物で、同じ仲間はナスやトマトです。黄色い花が咲いた後に実がなります。５ 歳ナノ組さんが ６ 月 １ 日に収獲します。子ども達からどんなじゃがいも料理をリクエストされるのか今から楽しみです。

春のピクニック（５月 19 日）

３ 歳～5 歳さんの遠足にあやかって、乳児クラスもお弁当風の献立です。おにぎり・唐揚げ・茹で野菜のおかか和え・おはなにんじん・うさぎりんごを盛り付けました。両手でおにぎりをしっかり持ってじょうずにもぐもぐ。おはなやうさぎがたが楽しいピクニックランチとなりました。

しゃけちゃんと遊ぼう！（５月９日）

眼鏡をかけてギターを背負った「荒巻シャケ」さんがアルテに来園！楽しい歌でみんなにこにこ。給食室にも楽しそうな歌声が聞こえました。そんな日のお昼は「鮭のコーンフレーク焼き」。「シャケちゃんが来たから鮭なの？」「コーンフレークがパリパリでおいしい」と嬉しそうに食べていました。

そらまめ皮むきの体験（５月 10 日・２４日）

５ 歳ナノ組さんがそらまめの皮むきのお手伝いをしてくれました。においを嗅いでみたり、じっと見つめてみたり、「ツルツルしてる」「おうちでやったことある」むいたそらまめは、次の日塩ゆでにされみんなでいただきました。２４日は５歳ナノ組さんと一緒に、２歳ピコ組さんもお手伝いをしてくれました。

６月４日 は虫歯予防の日
「カルシウムとビタミンＤを上手に摂って、歯も骨も丈夫にしましょう」

骨の成長が活発な子ども時代にカルシウムを十分に摂取することは強い骨や歯を作るだけでなく、将来の骨粗しょう症予防に役立ちます。

カルシウムは、牛乳やヨーグルト・チーズなどの乳製品や小魚、豆腐・納豆などの大豆製品、海藻に多く含まれます。カルシウムの吸収に必要なビタミンＤを含む鮭・かつお・いわしや、きくらげや干ししいたけも一緒に食べるのがおすすめです。

夏の野菜（６月・７月・８月）

夏の強い日差しを受ける夏の野菜たちは、水分をたくさん含んでいます。トマト・きゅうり・なすなどはたっぷりとうるおいを含んだ実のなかに、次世代の種を大切にしまっているのです。「旬の野菜辞典」より

６月　旬の食材

鰺・メロン・とうもろこし・枝豆・さやいんげん・なす・ズッキーニ・レタス・オクラ・きゅうり

６月の行事食

6/5・19　（おやつ）あじさいゼリー

6/8・22　（昼食）鯵のパン粉焼き

（おやつ）ヨーグルト、麩菓子、煮干し

6/9　（おやつ）枝豆豆乳マフィン

6/23　お誕生日会

（昼食）ベーグル、フライドチキン(カレー風味)

フレンチサラダ、夏野菜のスープ

フルーツの盛り合わせ

（おやつ）お誕生日ケーキ

ルテ
子どもと木