

2024年7月 つどいの森もみの木こども園 行事カレンダー

日	曜	行事	日	曜	行事
1	月		16	火	
2	火		17	水	
3	水	プール開き 法人公開保育	18	木	
4	木	お話会 なかよしランチ	19	金	
5	金	七夕・誕生会	20	土	
6	土	親子であそぼう会(0,1歳児)	21	日	
7	日		22	月	
8	月		23	火	法人公開保育
9	火		24	水	紙芝居 1号親子体験
10	水	移動水族館	25	木	サーキット開放 もみの木ランチ 1号親子体験
11	木		26	金	
12	金		27	土	1号説明会
13	土	同園会(卒園児)	28	日	
14	日		29	月	1号親子体験
15	月	海の日	30	火	
			31	水	

<お願いとお知らせ>

・6日(土)は0,1歳児の親子参加行事、13日(土)は卒園児が来園する行事です。

可能な範囲での家庭保育のご協力をお願いいたします。

・日時を予告しない避難訓練が毎月一度行われます

ジメジメとした梅雨空を吹き飛ばすように、朝から園内には元気な声があふれ、それぞれ興味のある遊びを見つけてお友達と遊ぶ姿が見られます😊

暑い日も続くようになりました。こまめに水分補給や体調・服装管理を行ない、熱中症や夏バテに気をつけていきましょう😊引き続き、夏の感染症予防にも努めてまいります。



～熱中症・脱水・便秘予防に～

水分補給について

●いつ飲ませればいいのか？

起床時、就寝前、運動の前後、入浴前後など汗をかく前と後に飲ませると良いでしょう。

●どのくらいの量がいいのか？

一度に大量を与えるのは避け、コップ一杯程度の量をこまめに与えましょう。

●何を飲ませればいいのか？

病気に罹っていないければ白湯や麦茶などが良いでしょう。糖分の多いジュースや消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターは、水分補給という点ではあまり適しません。失われた電解質を補充する時は経口補水液が役立ちます。

👩‍👦 こどもの熱中症・脱水サイン 🧑‍👦

👉 これらの症状がある場合は病院受診 🏥

- ・泣いているのに涙が出ていない
- ・汗が出ない
- ・口唇や皮膚が乾燥している
- ・ぐったりしている
- ・便が硬くてコロコロしている
- ・嘔吐する
- ・おしっこがでない、または極端に少ない
- ・顔が蒼白く、生あくびをする
- ・おでこ・わきの下・耳が熱い

👉 これらの症状がある場合はすぐに救急車を 🚑

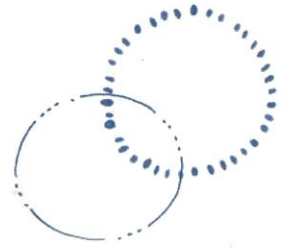
- ・水分補給ができない
- ・けいれん
- ・意識がない

😊 大人の体は7割近くが水分です。乳幼児はさらにその割合が増えます。その分、失われる水分量も多く、こまめな水分補給が必要になります 😓

次ページあります

プール OK ? チェックリスト

子ども達が心待ちにしているプールが始まります😊
元気に楽しく遊ぶために、毎朝体調チェックをお願い致します。



・体温は何度ですか？

平熱は子どもによって異なります。普段の平熱を考慮して無理せずに判断しましょう。

・食欲や便の状態はどうか？

軟便時は、プール活動は行えません。前日に下痢をしていた場合は、普通便が確認できてからの参加になります。前日に軟便や下痢の症状が出ており、登園時までには普通便が確認できなかった場合はプールに入水せずに水遊びとなります。

食欲がなかったり、嘔吐の場合は、普段の食事が通常通り食べる事ができる状態が判断基準となります。

・前日、良く眠れましたか？

・目ヤニや充血はありませんか？

起床時以外でも目ヤニ（眼脂）や充血が見られるようであれば、結膜炎の恐れもあります。結膜炎の場合、プール遊びはできません😞

・皮膚に異常はありませんか？

水いぼはラッシュガードで覆っていただければ入水が可能であると園医より説明されております。但し、トビヒの様にジュクジュクした傷は、感染拡大の懸念からプールはお休みいただきます😞

 **安全に楽しくプールができるように、**

ご協力のほどよろしく願いいたします😊

※水いぼについて

- ・1年～1年半くらいで免疫がいき、自然に消えていきます。
- ・つぶれていない水いぼは、感染しません。
- ・プールなどの肌の触れ合う場ではタオルや水着、ビート板や浮き輪の共用を控えるなどの配慮が必要です。この疾患のために園を休む必要はありません。



食育だより

【 ふじ組のぐるぐるじゅーす 】

「ぐるぐるじゅーす」という絵本があります。
《まあいい形、何入れる。ごろごろりんご、
しゃりしゃりむいて入れよう。三日月バナナ、
するんするんむいて、入れよう。ぽってんみかん、
ぷりぷりむいて、入れよう。いろいろ入れたら
ぐるぐるまわして遊ぼう》

そこで登場するフルーツを使って、ジュースを作りました！



今回使用したのは、みかん・バナナ・ももの
3種類のフルーツ。ミキサーにかけるだけではなく
子どもたちにもお手伝いをしてもらいました。
袋に入ったフルーツをもみもみ…
柔らかいかな？硬いかな？
袋に入っているから、匂いはしない？
「つぶれたよ！」「もみもみ！」

みんなが潰してくれたのをひとまとめにすると
お部屋が甘い匂いに！フルーツをミキサーへ
いれました。最近、色を使った活動をしている
子どもたちに質問。「これは何色～？」

「おれんじ！」出来上がりの色はオレンジ。
「ばなのいろとちがう」「もももちがうおれんじ」
「みかんとちがう！」同じ色に見えるけど、
ちょっとずつ色が違うことに気付いた様子。



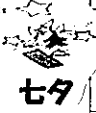
出来上がった果汁に、牛乳を混ぜて
「いただきます！」
「おいし～」「つぶつぶ！」「??？」
初めての味に戸惑いつつも、「おかわり！」

絵本の世界に入ったような食育体験。
色の変化や、触感、匂い、そして自分で
作ったものを飲む喜びや、お友達と
協力して作る楽しさ^^

次はどんなことをしようか、今から楽しみです♪



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	月	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 中華春雨サラダ	牛乳 サターアングギー 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 豚ひき肉・淡色辛みそ ロースハム・鶏卵	米・じゃがいも・なたね油 車糖・かたくり粉・ごま油 緑豆はるさめ・ごま おたけキックス・黒砂糖	根深ねぎ・ほうれんそう・こねぎ にんじん・きゅうり	だし・うすくちしょうゆ しょうが・にんにくおろし こいくちしょうゆ・ケチャップ 穀物酢
2	火	ごはん みそ汁 鶏肉のバーベキューソース ちくわと根菜の煮物	牛乳 スキムクッキー 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・焼き竹輪・鶏卵 脱脂粉乳	米・焼きふ・車糖・じゃがいも 無塩バター・薄力粉	とうがん・ごぼう・にんじん 生しいたけ・さやいんげん	ケチャップ・中濃ソース だし・こいくちしょうゆ 料理酒・本みりん
3 ・ 17	水	ごはん すまし汁 さわらのねぎ味噌焼き 切り昆布の煮物	牛乳 手作りチーズパン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・さわら 淡色辛みそ・さつま揚げ 脱脂粉乳・プロセスチーズ	米・車糖・強力粉 無塩バター	えのきたけ・チンゲンサイ・こねぎ 刻み昆布・にんじん・れんこん さやいんげん	うすくちしょうゆ・本みりん しらたき・だし こいくちしょうゆ・パン酵母 食塩
4 ・ 23	木 火	ごはん 洋風スープ 豚肉のカレーピカタ 洋風サラダ	牛乳 ツナトースト 牛乳	普通牛乳・鶏もも・鶏卵 まぐろ缶詰	米・さつまいも・薄力粉 車糖・なたね油・食パン マヨネーズ	たまねぎ・こねぎ・キャベツ きゅうり・赤ピーマン・黄ピーマン トマト・ブロッコリー・オクラ にんじん・レモン	だし・うすくちしょうゆ カレー粉・食塩・穀物酢
5	金	七夕そうめん チキン南蛮 みかんサラダ	牛乳 季節のおやつ 牛乳	普通牛乳 かに風味かまぼこ・鶏もも 鶏卵	そうめん・ひやむぎ・薄力粉 なたね油・車糖・マヨネーズ 水糖みつ	スイートコーン・オクラ・きゅうり にんじん・トマト・たまねぎ・レモン キャベツ・みかん缶詰・寒天 てんぷさ	だし・うすくちしょうゆ みりん・風調味料・しょうが にんにくおろし・料理酒 こいくちしょうゆ・穀物酢 パセリ・こしょう・食塩
6 ・ 20	土	中華丼 中華スープ 塩昆布のあさづけ オレンジ	赤ちゃんせんべい 麦茶 市販菓子 麦茶	豚もも	赤ちゃんせんべい・米 ごま油・車糖・かたくり粉 市販菓子	チンゲンサイ・にんじん ほんしめじ・りょうとうもやし・しら たまねぎ・きゅうり・キャベツ 塩昆布・バレンシアオレンジ	麦茶・だし・うすくちしょうゆ 料理酒・食塩
8	月	ごはん 洋風スープ 鶏のトマトチーズ焼き かぼちゃサラダ	牛乳 蒸しとうもろこし 市販)塩せんべい 牛乳	普通牛乳・鶏もも プロセスチーズ・ロースハム	米・じゃがいも・マヨネーズ 塩せんべい	レタス・スイートコーン・たまねぎ・トマト 西洋かぼちゃ・きゅうり・スイートコーン	だし・うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・食塩 こしょう
9 ・ 25	火 木	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草の白和え	牛乳 味噌蒸しパン 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 豚もも・木綿豆腐・甘みそ	米・ごま・車糖・薄力粉 なたね油	りょうとうもやし・なす・たまねぎ 青ピーマン・赤ピーマン・しょうが チンゲンサイ・ほうれんそう にんじん・ほんしめじ・干しぶどう	みりん・風調味料 こいくちしょうゆ 板こんにやく ベーキングパウダー
10 ・ 24	水	ごはん すまし汁 鮭のりチーズ焼き ラタトゥイユ	牛乳 黒蜜きな粉ミルク寒天 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・しろさけ パルメザンチーズ・きな粉	米・じゃがいも・パン粉 なたね油・車糖・黒砂糖	こまつな・あおのり・なす ズッキーニ・たまねぎ・生しいたけ にんじん・黄ピーマン・トマト缶詰 寒天	うすくちしょうゆ・食塩 ケチャップ・にんにくおろし だし・こしょう
11	木	ごはん みそ汁 鶏肉のレモン醤油煮 野菜のおかか和え	牛乳 ごまチーズのスティック 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・かつお削り節・鶏卵 プロセスチーズ	米・車糖・かたくり粉 おたけキックス・無塩バター ごま	トマト・たまねぎ・こねぎ・根深ねぎ しょうが・レモン・キャベツ にんじん・きゅうり	こいくちしょうゆ・料理酒
12	金	ベジロール 洋風スープ グラタン オレンジ	牛乳 ツナカレーおにぎり 牛乳	普通牛乳・ベーコン ウインナー・まぐろ缶詰	ベジロール マカロニ・スパゲッティ・米	はくさい・たまねぎ・ほんしめじ にんじん・バレンシアオレンジ にんじん	だし・うすくちしょうゆ こしょう・シチュー ルウ カレー粉・食塩
13 ・ 27	土	ごはん 洋風スープ かじきのカレーニエール やさしい炒め	赤ちゃんせんべい 麦茶 市販菓子 麦茶	めかじき	赤ちゃんせんべい・米 薄力粉・なたね油 市販菓子	西洋かぼちゃ・きょうな・こまつな ほんしめじ・にんじん りょうとうもやし・スイートコーン	麦茶・だし・うすくちしょうゆ 食塩・カレー粉・だし
16	火	ひき肉カレー コールスローサラダ すいか	牛乳 おつゆ麩のり塩 牛乳	普通牛乳・豚ひき肉	米・さつまいも・なたね油 マヨネーズ・車糖・焼きふ	たまねぎ・にんじん・赤ピーマン 黄ピーマン・なす・ズッキーニ キャベツ・きゅうり・すいか あまのり	カレールウ・穀物酢・こしょう 食塩
18	木	麦ごはん みそ汁 岩石揚げ ちくわと根菜の煮物	牛乳 スキムクッキー 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・だいたず・鶏卵 焼き竹輪・脱脂粉乳	米・押麦・焼きふ・さつまいも 薄力粉・なたね油 じゃがいも・車糖 無塩バター	とうがん・ほしひじき・にんじん ごぼう・生しいたけ・さやいんげん	だし・こいくちしょうゆ 料理酒・本みりん
19	金	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 中華春雨サラダ	牛乳 お好み焼き 牛乳	普通牛乳・木綿豆腐 豚ひき肉・淡色辛みそ ロースハム・鶏卵 ウインナー・プロセスチーズ かつお削り節	米・じゃがいも・なたね油 車糖・かたくり粉・ごま油 緑豆はるさめ・ごま・薄力粉	根深ねぎ・ほうれんそう・こねぎ にんじん・きゅうり・キャベツ スイートコーン・あおのり	だし・うすくちしょうゆ しょうが・にんにくおろし こいくちしょうゆ・ケチャップ 穀物酢 ベーキングパウダー 中濃ソース
22	月	夏野菜スパゲッティ 洋風スープ パプリカサラダ すいか	牛乳 ねぎしらすの ごまおにぎり 牛乳	普通牛乳・ウインナー 鶏もも・しらす干し	マカロニ・スパゲッティ・なたね油 車糖・米・ごま油・ごま	たまねぎ・にんじん・トマト缶詰 なす・ズッキーニ・ほんしめじ はくさい・まいたけ・こねぎ キャベツ・きゅうり・赤ピーマン 黄ピーマン・スイートコーン・レモン すいか	ケチャップ・食塩・こしょう だし・うすくちしょうゆ 穀物酢
26	金	ごはん 洋風スープ 鶏のトマトチーズ焼き かぼちゃサラダ	牛乳 サターアングギー 牛乳	普通牛乳・鶏もも プロセスチーズ・ロースハム 鶏卵	米・じゃがいも・なたね油 おたけキックス・黒砂糖 なたね油	レタス・スイートコーン・たまねぎ・トマト 西洋かぼちゃ・きゅうり	だし・うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・食塩 こしょう
29	月	ごはん みそ汁 鶏肉のレモン醤油煮 野菜のおかか和え	牛乳 蒸しとうもろこし 市販)塩せんべい 牛乳	普通牛乳・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・かつお削り節	米・車糖・かたくり粉 塩せんべい	トマト・たまねぎ・こねぎ・根深ねぎ しょうが・レモン・キャベツ にんじん・きゅうり・スイートコーン	こいくちしょうゆ・料理酒
30	火	麦ごはん みそ汁 チキン南蛮 きゅうりとひじきの中華サラダ	牛乳 おつゆ麩のり塩 牛乳	普通牛乳・凍り豆腐・煮干し かつお節・淡色辛みそ 鶏もも・鶏卵	米・押麦・薄力粉・なたね油 車糖・マヨネーズ・ごま油 焼きふ	こまつな・しょうが・にんにく たまねぎ・きゅうり・レモン にんじん・りょうとうもやし スイートコーン・ほしひじき・あまのり	料理酒・こいくちしょうゆ 穀物酢・こしょう うすくちしょうゆ・食塩
31	水	ごはん おくずかけ 笹かまぼこの磯部揚げ きしやず炒り	牛乳 ごまチーズのスティック 牛乳	普通牛乳・湯揚げ 木綿豆腐・煮干し かつお節・焼き抜きかまぼこ 鶏卵・おから プロセスチーズ	米・そうめん・ひやむぎ じゃがいも・焼きふ かたくり粉・薄力粉 なたね油・車糖 おたけキックス・無塩バター ごま	にんじん・ごぼう・さやいんげん 生しいたけ・あおさ・根深ねぎ	しらたき・うすくちしょうゆ 食塩・こいくちしょうゆ



七夕



かみかみの日



野菜の日



鉄人の日



郷土料理

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
461 kcal	20.3 g	14.5 g	66.9 g	308 mg	1.8 mg	189 μg	0.35 mg	0.44 mg	21 mg

☆ 食材の納品の都合によりメニューを多少変更する場合があります。
 ☆ 土曜おやつ(市販菓子)は当日、メニューを掲示させていただきます。
 ☆ ふじ組以降に提供する食品(除去:もち・こんにやく・しらたき/変更:雑穀・押麦→ごはん)