



## 8月の園だより



令和8年7月31日

旭保育園

運動会・盆踊り会と幼児クラスにとっては、大きな行事が一つひとつ過ぎていき、あっという間に夏本番となっています。毎年毎年、例年にない暑さと言われていますが、本当に暑い毎日です。暑さ指数を見ながら、プール遊びも楽しんでいきたいと思います。子どもたちは、プール遊びをとっても楽しみにしています。しかし、その分疲れも出るとお思いますので、しっかりと水分を摂り、体を休めながらこの夏を過ごしていこうと思います。

また、うめぐみ・さくらぐみにおきましては、縦割り保育も始まっています。異年齢で過ごすことで兄弟姉妹のような関係性が築けたらと願っています。夏の経験が子ども達をたくましく成長させてくれることを楽しみにしています。

### <8月の保育目標>



乳児組…暑い夏を健康で心地よく過ごす。

幼児組…水遊びや、土・砂遊びなどを思い切り楽しみ  
異年齢児と関わりながら遊ぶ。



### 8月の行事予定

- 3日(月) 身体測定(3～5歳児)
- 4日(火) 身体測定(2歳児)  
リトミック教室(もも)
- 5日(水) 身体測定(1歳児)
- 6日(木) 身体測定(0歳児)
- 27日(木) 8月生まれの誕生会

◎遅刻・お休みの連絡は、給食の都合上  
9:00までに必ずご連絡下さいます  
ようお願い致します  
コドモンへの入力も9:00までに  
お願いします。事前入力も可能です。

### 《おねがい》

保育士養成校から実習生を受け入れ、クラスに入ることがあります。  
ご理解とご協力をお願いいたします。



## ○夏に多い感染症○

- ・ヘルパンギーナ…コクサッキーウイルスによる感染症で夏かぜのひとつです。

高熱が出て喉の奥に水疱ができます。

- ・プール熱…アデノウイルスによる感染症で夏かぜのひとつです。

高熱と喉の痛み、充血、目やになどの症状や、下痢、嘔吐を伴うこともあります。

- ・溶連菌感染症…A群溶結性連鎖球菌（溶連菌）が原因で、症状は高熱、のどの痛みなど。

舌にイチゴのような赤いブツブツが出ます。

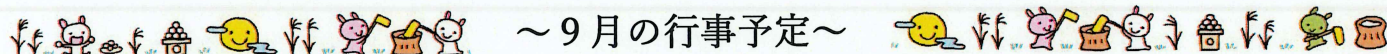
\*他に結膜炎・とびひ・あせもなどもなりやすいので、気を付けましょう。

☆発熱などにより、感染症の診断を受けた際には、園にお知らせください。



## \*熱中症予防\* 水分はどんなものが良い？

乳幼児の体の水分の割合は、体重の70～80%といわれています。上がった体温を、汗をかくことで下げているため、こまめな水分補給が必要になります。子どもたちに一番適している飲み物は、水または麦茶です。イオン飲料は、塩分のとりすぎになることがあるので、気を付けましょう。また、ジュースは糖分が多くて満腹感もあるため、食事が食べられなくなる原因にもつながります。上手な水分補給で、熱中症を予防しましょう。



## ～9月の行事予定～

1日（火）身体測定（2歳児）

29日（火）リトミック教室（うめ・さくら）

リトミック教室（もも）

30日（水）9月生まれの誕生会

2日（水）身体測定（3～5歳児）

ももぐみ懇談会・保育参加

3日（木）身体測定（1歳児）

うめぐみ懇談会・保育参加

4日（金）身体測定（0歳児）

ももぐみ・うめぐみクッキング

8日（火）リトミック教室（うめ・さくら）

10日（木）さくらぐみおやつクッキング

14日（月）フットサル教室（うめ・さくら）

16日（水）たんぽぽぐみ懇談会・保育発表会（午前中）

17日（木）ちゅうりっぷぐみ懇談会・保育発表会（午前中）

18日（金）あかぐみ懇談会・保育参加（午後）

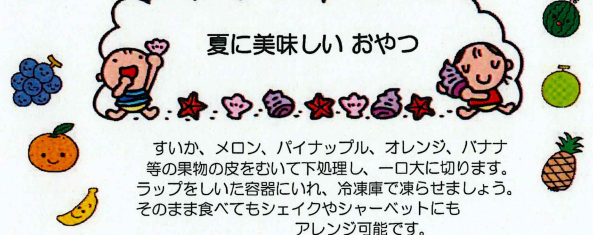
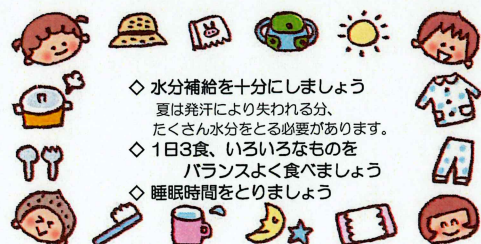


2026年

## 8月の予定献立表

旭保育園

| にち<br>曜<br>日 | 乳児組<br>午前おやつ<br>主 食 | 献 立 名              | 材 料 お よ び 体 内 で の 働 き |              |                      | おやつ                 | 栄養価(幼児)<br>エネルギー 蛋白質<br>脂質 塩分 | 行 事<br>おおよび<br>連 絡 事 項                                                                |
|--------------|---------------------|--------------------|-----------------------|--------------|----------------------|---------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|              |                     |                    | 血や肉に<br>なるもの          | 熱や力に<br>なるもの | 体の調子を<br>整えるもの       |                     |                               |                                                                                       |
| 1            | かし                  | やしそば               | 豚肉                    | 油            | きゃべつ 人参 もやし 青のり      | スティックパン せんべい        | 465(468) 18.3(18.0)           |    |
| 土            | 牛乳                  | 豆腐とわかめのみそ汁         | 豆腐                    | 中華麺          | わかめ 玉葱               | 牛乳                  | 13.1(13.9) 2.3(2.4)           |                                                                                       |
| 3            | かし                  | 麦ご飯 きれいの煮つけ        | きれいの卵                 | 米 麦 油        | ほうれん草 人参 干し椎茸        | 高野豆腐そぼろおにぎり         | 565(538) 26.3(24.2)           |                                                                                       |
| 月            | 牛乳                  | 切干大根サラダ 冬瓜スープ☆     | かにかまぼこ                | ごま           | 切干大根 きゅうり 冬瓜         | 牛乳                  | 10.4(11.7) 2.3(2.0)           | 3日 身体測定幼児組                                                                            |
| 4            | かし                  | ご飯 豚肉とピーマンの炒め物     | 豚肉                    | 米            | ピーマン 玉葱 人参 生姜 パプリカ   | せんべい クッキー           | 480(418) 18.6(15.5)           | 4日 身体測定2歳児<br>リトミックもも組                                                                |
| 火            | 麦茶                  | ブロッコリーのおかか和え オレンジ  |                       | 油 ごま油        | 筍 煮 ブロッコリー オレンジ      | 牛乳                  | 15.3(13.0) 1.1(1.0)           |                                                                                       |
| 5            | 果物                  | 麦ご飯 煮込みハンバーグ       | 豚鶏挽肉 卵                | 米 麦 油        | 玉葱 人参 きゅうり きゃべつ      | ミルククリームサンド          | 649(599) 24.7(22.5)           | 5日 身体測定1歳児                                                                            |
| 水            | 豆乳                  | マカロニサラダ コンソメスープ    | ハム 牛乳                 | マカロニ         | えのき茸 パセリ             | イチ                  | 24.4(22.3) 1.9(1.6)           |                                                                                       |
| 6            | かし                  | ご飯 ユーリンチー          | 鶏肉                    | 米 油 ごま油      | 生姜 長葱 りんご 切ごぼう 人参    | ハワイアな せんべい          | 595(574) 21.4(20.7)           | 6日 身体測定0歳児                                                                            |
| 木            | 牛乳                  | 切昆布の炒め煮 メロン        | 油揚げ                   | はちみつ ごま      | いんげん つきこんにやく メロン     | 牛乳                  | 20.5(19.9) 4.2(3.6)           |                                                                                       |
| 7            | かし                  | 肉みそあんかけうどん         | 豚挽肉                   | うどん          | 人参 大根 干し椎茸           | チーズおにかおにぎり          | 390(353) 14.9(13.0)           |    |
| 金            | 麦茶                  | かぼちゃの素揚げ オレンジ      |                       | 油            | 小松菜 長葱 かぼちゃ オレンジ     | 牛乳                  | 11.8(10.6) 1.4(1.2)           |                                                                                       |
| 8            | かし                  | やきうどん              | 豚肉                    | 油 うどん        | もやし きゃべつ 人参 青のり      | チーズ煮しパン せんべい        | 454(447) 17.4(17.1)           |                                                                                       |
| 土            | 牛乳                  | さつま芋のみそ汁           | 豆腐                    | さつま芋         | わかめ 玉葱               | 牛乳                  | 11.9(12.5) 2.1(1.9)           |    |
| 10           | かし                  | 麦ご飯 かじきの角煮         | かじき 油揚げ               | 米 麦          | わかめ もやし              | アンピベホットケーキ          | 552(524) 24.6(22.9)           |                                                                                       |
| 月            | 牛乳                  | じゃが芋とウインナーソティ みそ汁☆ | ウインナー                 | じゃが芋         | 玉葱 パセリ               | 牛乳                  | 16.1(15.8) 2.2(1.9)           |                                                                                       |
| 12           | かし                  | 五目焼きそば             | 豚肉 高野豆腐               | 油            | きゃべつ 人参 もやし ピーマン     | コーンフレーク             | 408(373) 18.0(15.2)           |  |
| 水            | 麦茶                  | 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶     |                       | 中華麺          | パイン缶                 | 牛乳                  | 13.2(11.9) 1.7(1.8)           |                                                                                       |
| 13           | かし                  | ご飯 マーボー豆腐          | 豚挽肉 豆腐                | 油 米          | 生姜 にんにく 玉葱 人参 干し椎茸   | ポップコーンクッキー          | 387(393) 15.5(15.6)           |                                                                                       |
| 木            | 豆乳                  | ブロッコリー オレンジ        |                       | ごま油          | にら ブロッコリー オレンジ       | 麦茶                  | 12.4(12.7) 0.9(0.9)           |  |
| 14           | かし                  | ハヤシライス             | 豚肉                    | 米            | 玉葱 人参 とうもろこし グリンピース  | バームクーヘン せんべい        | 582(500) 18.3(15.2)           |                                                                                       |
| 金            | 麦茶                  | とうもろこし 野菜ジュース      | 牛乳                    | 油 じゃが芋       | カゴメ野菜ジュース            | 牛乳                  | 14.7(12.5) 2.4(1.9)           |                                                                                       |
| 15           | かし                  | スパゲティナポリタン         | 豚挽肉                   | 油            | 玉葱 人参 ピーマン しめじ       | せんべい クッキー           | 397(401) 13.5(14.0)           |  |
| 土            | 麦茶                  | わかめスープ             | 豆腐                    | スパゲティ        | わかめ                  | ジュース                | 6.6(8.3) 1.3(1.3)             |                                                                                       |
| 17           | かし                  | 麦ご飯 鮭の煮つけ          | 鮭 豆腐                  | 米 麦          | 生姜 にんにく 大根 きゅうり 人参   | フライドポテト             | 621(587) 25.0(23.4)           |                                                                                       |
| 月            | 牛乳                  | 油揚げと大根の酢の物 すまし汁☆   | 油揚げ                   | バター          | えのき茸 水菜              | 牛乳                  | 21.2(20.8) 1.6(1.6)           |  |
| 18           | かし                  | ご飯 メンチカツ           | 豚挽肉 卵                 | 米 油          | きゃべつ 玉葱 ひじき 人参 しらたき  | ミルク寒天 せんべい          | 501(483) 16.5(16.4)           |                                                                                       |
| 火            | 牛乳                  | ひじきの炒り煮 オレンジ       | 油揚げ                   |              | グリンピース オレンジ          | 麦茶                  | 16.8(16.4) 1.3(1.2)           |                                                                                       |
| 19           | かし                  | 麦ご飯 鶏のさっぱり煮        | 鶏肉 卵 厚揚げ              | 米 麦          | 生姜 にんにく きゃべつ 人参      | ジャム&マーガリンサンド        | 664(614) 31.8(28.6)           |  |
| 水            | 牛乳                  | きゃべつの胡麻和え パナナ      | ツナ缶                   | 油 ごま         | バナナ                  | 牛乳                  | 21.1(19.8) 1.2(1.1)           |                                                                                       |
| 20           | かし                  | ホットパン ボークビーンズ      | 豚肉 茹で大豆               | パン 油 ごま油     | 玉葱 人参 パセリ            | 豚肉生姜おにぎり            | 522(518) 24.5(23.3)           |                                                                                       |
| 木            | 豆乳                  | きゅうりの南蛮漬け ヨーグルト    | ヨーグルト                 | じゃが芋         | きゅうり トマト缶            | 牛乳                  | 14.3(15.2) 1.8(1.6)           |  |
| 21           | かし                  | 麦ご飯 かじきの甘酢あん       | かじき 卵 豆腐              | 米 麦 油        | 玉葱 細切昆布 茄子 わかめ       | フルーツゼリーミニフィッシュ      | 583(549) 22.0(20.8)           |                                                                                       |
| 金            | 牛乳                  | 細切昆布の和え物 みそ汁☆      | カニかまぼこ                |              | きゅうり ピーマン パプリカ わかめ   | 牛乳                  | 19.1(18.2) 2.2(2.0)           |                                                                                       |
| 22           | かし                  | サラダうどん             | ツナ缶                   | うどん          | きゅうり かぼちゃ            | 黒糖マーガリン入りロールパン せんべい | 377(389) 14.2(14.6)           |  |
| 土            | 牛乳                  | かぼちゃの甘煮            | なると                   |              | 干し椎茸 人参              | 牛乳                  | 10.2(12.0) 1.8(1.7)           |                                                                                       |
| 24           | かし                  | 麦ご飯 ぶりの煮つけ         | ぶり                    | 米 麦          | 生姜 ほうれん草 人参 きゃべつ     | カレーピラフ              | 612(572) 25.6(23.7)           |                                                                                       |
| 月            | 牛乳                  | ほうれん草の胡麻和え みそ汁☆    | 油揚げ                   | ごま さつま芋      | 大根 わかめ ひじき コーン缶      | 牛乳                  | 17.8(17.2) 2.8(2.4)           |  |
| 25           | かし                  | ご飯 鶏肉と高野豆腐の煮物      | 鶏肉                    | 米 油          | 大根 ごぼう 人参 いんげん       | とうもろこし 棒チーズ         | 544(533) 21.0(20.7)           |                                                                                       |
| 火            | 牛乳                  | さつま芋の天ぷら オレンジ      | 高野豆腐                  | さつま芋         | 干し椎茸 こんにやく 玉葱 オレンジ   | 牛乳                  | 17.4(18.5) 1.4(1.3)           |                                                                                       |
| 26           | かし                  | 中華丼                | 豚肉                    | 米            | 玉葱 筍 煮 人参 チンゲン菜 きくらげ | アニマルパン              | 485(471) 19.0(18.3)           | 27日 誕生日会                                                                              |
| 水            | 豆乳                  | ツナサラダ パナナ          | ツナ缶                   | 油 ごま         | もやし ヤングコーン きゅうり パナナ  | 牛乳                  | 13.6(13.7) 0.8(0.8)           |                                                                                       |
| 27           | 果物                  | キーマカレー 唐揚げ         | 豚挽肉 茹で大豆              | 米 油          | 玉葱 人参 ピーマン トマト缶      | アイスクリーム せんべい        | 588(558) 21.4(20.4)           |                                                                                       |
| 木            | 牛乳                  | スティックきゅうり コーンスープ   | 鶏肉 脱脂粉乳               |              | きゅうり コーン缶            | 麦茶                  | 24.5(23.4) 1.6(1.4)           |  |
| 28           | かし                  | ご飯 夏野菜卵焼き          | 豚肉 卵 チーズ              | 米 油          | 玉葱 人参 スズキニ 枝豆 すいか    | 青菜と鮭のおにぎり           | 490(470) 21.7(20.2)           |                                                                                       |
| 金            | 牛乳                  | マカロニソティ すいか        | ウインナー                 | マカロニ         | グリンピース クリームコーン缶      | 牛乳                  | 14.9(14.9) 1.7(1.4)           |                                                                                       |
| 29           | かし                  | ビーフン炒め             | 豚肉                    | 油            | きゃべつ 人参 玉葱 もやし       | ジャムパン せんべい          | 464(464) 17.4(17.2)           |  |
| 土            | 牛乳                  | 豆腐とわかめのみそ汁         | 豆腐                    | ビーフン         | わかめ かぼちゃ             | 牛乳                  | 12.5(14.4) 2.0(1.8)           |                                                                                       |
| 31           | かし                  | さわらの煮つけ            | さわら 油揚げ               | 米 麦          | 人参 こんにやく 大根          | 玄米フレーク せんべい         | 584(555) 24.2(22.6)           |                                                                                       |
| 月            | 牛乳                  | きゃべつの味噌ネーズ みそ汁☆    | ちくわ                   | ごま           | きゃべつ 玉葱              | 牛乳                  | 17.5(17.9) 2.8(2.4)           |                                                                                       |



3歳以上児平均提供栄養量・( )未満児：エネルギー518(494)・蛋白質20.6(19.4)・脂質15.6(15.5)・食塩1.9(1.7)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にはにぼしとかつお節の混合だしをすまし汁には昆布とかつお節の混合だしを作っています。食材の都合で献立を変更する場合があります。