



6月の園だより



あっという間に春が過ぎ、雨が多い季節になってきました。新学期から2ヶ月が過ぎ新しい環境にも慣れ、すっかり園生活のリズムに馴染んできたようです。

お天気の良い日には爽やかな風が吹き、お散歩や戸外遊びにはとても気持ちの良い気候になりました。今年も幼児クラスが花壇にサツマイモやキュウリ、なすやオクラ、パプリカなどの野菜の苗を植え、毎日水やりをしながら収穫を楽しみにしています。

例年暑さが厳しくなり、夏にプールや水遊びが行える日が少なくなってきました。今年度はたくさん水遊びやプールができるようにとプール開きの時期を早めてみました。今年は思い切り夏の遊びを味わえるとよいですね。



* お知らせとお願い *

🌂 6月の予定 🌂

・3日(月) 歯科健診

齋間歯科医師による口の中の健診と歯科衛生士の歯科指導があります

※9:00 までに登園して下さい

・7日(金) お店やさんごっこ

全クラスが参加して、ごっこ遊びを楽しみます。
今年は雨が降っても大丈夫のように、室内で行います。すみれ組以上はポップコーンのイートインコーナーもあり、色々なお店やさんを楽しみます。

・12日(水) 誕生会

・15日(土) 布団乾燥

高温で乾燥するためシーツが変色することがあります。気になる方は翌週の月曜日にカバーをかけてください。

・17日(月) プール開き

水遊びやプールの時のお約束など、子どもたちと一緒に確認しながら、安全をお祈りします。

○これから暑くなってくると、蚊が出てくるようになります。園では手作りの虫よけを使用します。**(初めてご使用になる方でまだお試しが済んでいない方は、担任までお声かけください。)**またご家庭でも登園前に虫よけを塗るなど対策をお願いします。
シールタイプの虫よけは小さいお子さまが口に入れてしまうことがありますので、ご遠慮下さい。

○自転車で送迎されている方は、必ず園内の駐輪場に停めて下さい。

○これから雨の多い時期になります。
傘のお取り扱いにご注意ください。
お子さまの傘には名前を書いてください。

※地域交流

* 11日(火) 子育て支援サークル ふきのとう

園庭開放

* 14(金) 出張保育(シーエンジェル・寺前町)

* 19日(水) あそぼう会(保育体験・0, 1, 2才児)





【つぼみ組】

○つかまり立ちやハイハイなどを行い、体を動かすことを楽しむ

○梅雨期の温度や湿度に留意して、快適に過ごせるようにする

つぼみ組での生活にも慣れ、日に日に笑顔が多く見られるようになりました。

最近では「あっ」「う～」などおしゃべりを楽しむ姿も増えてきて、賑やかな毎日を過ごしています。

今月から少しずつ水に慣れながら、気持ちよく過ごしていきたいと思います。



【たんぽぽ組】

○梅雨ならではの身近な自然に触れながら健康に過ごす

○保育士や友だちと関わりながら、遊びを楽しむ
お友だちに関心を見せる姿が増え、最近では“手をつなごう”とお友だちに手を伸ばして誘い、仲良く歩く様子が見られます。梅雨に入りますが、晴れた日には戸外で自然に触れたり、気温に応じて衣服を調節したりしながら、心身ともに健康で快適に過ごせるようにしていきます。

【すみれ組】

○自然事象に興味を持ち、感じたことを言葉で伝えようとする

○保育士や友だちと一緒に体を動かす遊びを楽しむ

虫に興味が出てきたので、虫の絵本を読んで園庭に探しに行こうと思います。

歌が大好きなすみれ組さんエビカニクスなどの曲

に合わせて楽しくダンスをして、体を動かそうと思います。



【ちゅうりっぷ組】

○季節の変化に気づき、梅雨ならではの発見を楽しむ

○園庭で栽培されている夏野菜の生長を楽しむ

みんなで「おおきなあれ」とおまじないをして苗植えをした5月。水やりを「やりたい!」と重くて慣れないじょうろで一生懸命水をあげています。雨が多くなる時期ですが、体調に気を付けながら、室内でも楽しく過ごせるようにしていきたいと思います。



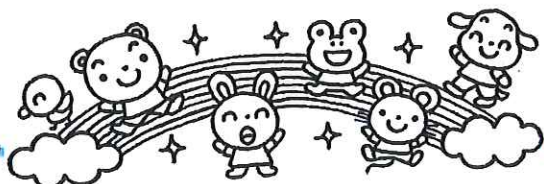
【もも組】

○梅雨期の自然に興味関心を持つ

○夏の生活の仕方がわかり、身の周りの事を自分で行う

縦割り保育のなかで、虫や草花などの自然との触れ合いから、優しい気持ちを育み、その優しさを広げていけるようにします。

また、水分補給や休息をしっかりとり、室内でも身体を動かして健康に過ごしていきます。



【さくら組】

○友だちと考えを出し合いながら、一緒に作ったり遊ぶことを楽しむ

○梅雨時期の自然や動植物に関心を持ち、親しみを持って関わる

お当番が毎日野菜の苗にお水をあげています。「少し大きくなったかな?」と友だちと話しながら、収穫を楽しみにしています。

さくらフェスタについてみんなで話し合ったり、お店屋さんごっこでは、お店屋さんになって、友だちとのやり取りを楽しんでいきたいです。



金沢愛児園
2024 年 6 月号

6 月 4 日～10 日は歯と口の健康週間です。むし歯予防のために、カルシウムが多く含まれる乳製品や小魚、カルシウム代謝を助けるビタミン D が多いシイタケ、エナメル質を強化するビタミン A の多い緑黄色野菜など、意識しながらバランス良く食べて歯を守りましょう。

おにぎり握り&にんじん・たまねぎを触りました！

- ・ちゅうりっぷ・さくら組は 5/15 のうめわかめおにぎり、もも組は 5/22 のチーズおかかおにぎりを自分で握りました。どんな形にしようかと楽しんで握り、自分で作ったことが嬉しくよく食べていました。
- ・たんぽぽ組ではにんじんを見せると、興味を持って手にしたり、口に入れようとしていました。すみれ組では玉ねぎと新玉ねぎの違いを見ながら触りました。触った後にはにおいを嗅いで「くさい！」言ったり、皮を指さしながら「皮！」と話していました。給食やおやつの中には、「さっき触ったにんじんだね」と声掛けすると、よく見ながら食べており、興味を持っている様子でした。



給食室よりお知らせ

昨年 8 月より、非加熱の果物の提供は幼児クラスからとなっておりましたが、今月よりすみれ組の幼児食からとします。移行食の間はご家庭で進めてください。



6 月 3 日は カミカミメニューです！

歯科健診の日に合わせて、よく噛んで食べるように根菜サラダとにんじんポンデケーキを取り入れた「カミカミメニュー」の献立にしました。

噛み応えのあるものを食べたあとには、軟らかいものもよく噛んで食べるようになるので、おかずに 1 品「カミカミメニュー」を取り入れると咀嚼を促すことができます。

また、この日は歯科医の先生からも 3 色食品群を列車に例えた「げんぎ号」のおはなしもあります。献立表でも 3 色食品群別に材料を載せていますので、ぜひ確認してみてください。



咀嚼の大切さ



- ① 食事をするときに「噛む」ことをどれだけ意識していますか？ 噛むことは食べ物を噛みくだくだけでなく、身体にうれしいことがいっぱいです。
 - ② 肥満予防
 - ③ 集中力・記憶力アップ
 - ④ むし歯予防
 - ⑤ 食べ物の消化・吸収アップ
- 食事の時間が短かったり、せかしたりすると、どうしても噛まずに飲み込んでしまいます。食事時間は 30 分程度とり、「カミカミだよ」「よく噛んで食べると味がよくわかるよ」などと声かけをしながら、よく噛む習慣をつけましょう。

玄関・ゆい組にて給食レシピ配布中です！

- ・根菜サラダ～ヨーグルトドレッシング～
- ・レバーのかりんあげ

金沢愛児園 献立表

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (1人あたり)	材 料 名 <三色食品群別> (※は10時おやつ ○は午後おやつ)				3時おやつ ※牛乳の量は 乳児100/幼児150cc
			熱と力になるもの <黄>	血や肉や骨になるもの <赤>	体の調子を整えるもの <緑>	調味料	
01 土	五目あんかけ具 肉団子スープ	548.1(469.6) 21.7(19.3) 15.5(15.0) 1.6(1.3)	米、O食パン、片栗粉、はるさめ、パン粉	O牛乳、豚肩ロース肉、鶏ひき肉、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、Oいちごジャム・低糖度、にんじん、もやし、えのきだけ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、鶏がらスープ、食塩、酒	ジャムサンド 牛乳
03 月	*カミカミメニュー* カバチ風ライス 根菜サラダ 豆腐のすまし汁	595.1(501.2) 22.8(20.0) 22.1(19.6) 1.8(1.4)	米、Oホットケーキミックス、O白玉粉、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、砂糖、油	O牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、O牛乳、ヨーグルト(無糖)、O粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、れんこん、きゅうり、Oにんじん、ごぼう、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、鶏がらスープ、食塩、本みりん、酒	にんじんボンデケーキ 牛乳
04 火	スパゲティ・ポリアタ ブロッコリーのごま酢和え かぶのスープ	430.0(376.8) 15.9(15.1) 6.8(8.7) 1.4(1.1)	O米、スパゲティ、砂糖、Oごま、ごま、油	Oさけ、ハム、粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、カットトマト缶詰、ブロッコリー、にんじん、かぶ、かぶの葉、ピーマン、Oかぶの葉	中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ、酢、鶏がらスープ	鮭の葉飯 麦茶
05 水	胚芽米御飯 豚肉と昆布のゆめ煮 三色野菜のナムル お昼と油揚げのみそ汁	488.0(416.3) 20.0(17.6) 17.4(16.0) 1.8(1.4)	胚芽米、O砂糖、お昼、ごま油、ごま、片栗粉、O黒ごま、O片栗粉	O牛乳、豚肩ロース肉、みそ、油揚げ、◎牛乳	Oかぼちゃ、もやし、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、刻みこんぶ、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酒、Oしょうゆ	大学がぼちゃん 牛乳
06 木	バターロール タンドリチキン フレンチサラダ コーンのスープ オレンジ※すみれ組以上	477.5(411.1) 19.0(17.4) 11.1(11.6) 2.0(1.5)	バターロール、O米、Oごま、油、砂糖	鶏もも肉、ヨーグルト(無糖)、スキムミルク、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、オレンジ、にんじん、コーン缶、にんにく、Oわかめご飯の具	酢、ケチャップ、鶏がらスープ、しょうゆ、カレー粉、食塩	わかめおにぎり 麦茶
07 金	御飯 あじのかば焼き風 白菜の昆布和え オクラのみそ汁	473.8(408.8) 21.0(18.0) 14.7(14.2) 1.5(1.2)	米、Oメロンパン、油、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	O牛乳、あじ、みそ、油揚げ、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、オクラ、にんじん、塩昆布	煮干だし汁、本みりん、酒、しょうゆ	メロンパン 牛乳
08 土	タンメン風うどん ポテトサラダ	501.9(445.9) 15.2(14.9) 15.2(15.3) 1.6(1.3)	じゃがいも、O米、干しうどん、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、ごま油、砂糖	豚肩ロース肉、ツナ油漬缶、なると、油揚げ、◎牛乳	きゅうり、キャベツ、もやし、にんじん、Oコーン缶、Oにんじん、にら	Oしょうゆ、しょうゆ、O本みりん、鶏がらスープ、酢	こぎつねごはん 麦茶
10 月	麦御飯 さわらのごま照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 大根のみそ汁	537.4(453.9) 27.4(22.7) 10.8(11.4) 2.3(1.8)	じゃがいも、米、Oそうめん、胚芽むぎ(押麦)、砂糖、ごま、片栗粉	さわら、鶏ひき肉、O鶏もも肉、みそ、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、だいこん、にんじん、Oはくさい、Oねぎ、Oにんじん、いんげん、しょうが	Oかつお・昆布だし汁、煮干だし汁、しょうゆ、酒、Oしょうゆ、みりん、本みりん、かつお・昆布だし汁	さっぱりそうめん 麦茶
11 火	御飯 鶏肉のごま味噌焼き 三色野菜の納豆和え わかめのみそ汁	429.9(387.4) 20.1(18.4) 14.4(14.5) 1.6(1.3)	米、Oマカロニ、ごま、砂糖、O油	鶏もも肉、挽きわり納豆、Oハム、O粉チーズ、みそ、◎牛乳	もやし、ごま油、たまねぎ、Oたまねぎ、にんじん、Oにんじん、わかめ	かつお・昆布だし汁、Oケチャップ、しょうゆ、本みりん、Oパセリ粉、O鶏がらスープ、食塩、酒	マカロニイタリアン 麦茶
12 水	*誕生会* コッパパン キャベツ畑のメンチかつ ブロッコリー-のさっぱりサラダ オニオンスープ メロン※すみれ組以上	690.4(466.6) 25.9(19.0) 31.7(23.0) 1.6(1.1)	Oロールケーキ、コッパパン、パン粉、油、小麦粉、Oプリッツ、Oチョコペン、Oチョコペン	O牛乳、◎牛乳、鶏ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、ブロッコリー、メロン、キャベツ、にんじん	中濃ソース、酢、しょうゆ、鶏がらスープ	かたつむりケーキ 牛乳
13 木	豚肉のしょうが焼き丼 ゆかり和え ほうれん草のみそ汁	559.6(475.0) 21.2(18.8) 17.0(16.1) 2.0(1.6)	米、Oコーンフレーク、砂糖、油	O牛乳、豚肩ロース肉、みそ、油揚げ、◎牛乳	もやし、Oバナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、しそふりかけ、しょうが	煮干だし汁、本みりん、しょうゆ、酒	コーンフレーク バナナ※すみれ組以上 牛乳
14 金	ソース焼きそば フルーツヨーグルトサラダ ※つぼみ・たんぽぽ組はりんご除去 トマトの中華風スープ	490.6(439.9) 14.9(14.9) 12.0(12.7) 2.2(1.8)	焼きそばめん、O米、ノンエッグマヨネーズ、Oごま油、ごま油、砂糖	豚肩ロース肉、ヨーグルト(無糖)、Oハム、Oしらす干し、◎牛乳	トマト、たまねぎ、キャベツ、りんご、もやし、きゅうり、みかん缶、Oブロッコリー、パイナップル、干しぶどう、にんじん、ピーマン、コーン缶、万能ねぎ、あおのり	やきそばソース、Oしょうゆ、鶏がらスープ、しょうゆ、食塩、O食塩	ハムとじゃこの混ぜ飯 麦茶
15 土	はくさいと豚肉のあんかけ丼 キャベツのツナマヨネーズ和え 厚揚げとわかめのみそ汁	594.6(500.4) 23.1(20.2) 19.2(17.4) 2.0(1.6)	米、O食パン、Oさつまいも、O砂糖、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、油	O牛乳、豚もも肉、生揚げ、ツナ油漬缶、みそ、O無塩バター、◎牛乳	はくさい、キャベツ、たまねぎ、にんじん、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、鶏がらスープ、酒	スイートポテトサンド 牛乳
17 月	黒米入り御飯 根菜入りハンバーグ キャベツのみそフレンチ ほうれん草のすまし汁	562.9(480.5) 21.9(19.4) 20.6(18.9) 1.1(0.9)	米、Oホットケーキミックス、ノンエッグマヨネーズ、O砂糖、パン粉、Oクラニュー糖、ごま、黒米、砂糖	O牛乳、豚ひき肉、O牛乳、O無塩バター、スキムミルク、みそ、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、れんこん、ごぼう	かつお・昆布だし汁、中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ、本みりん、食塩、酒	メロンパン風クッキー 牛乳
18 火	御飯 カレーの煮つけ 白和え しめじのみそ汁	478.5(408.4) 28.7(23.3) 12.1(12.3) 1.5(1.2)	米、Oマカロニ、砂糖、O砂糖、すりごま	O牛乳、かだい、木綿豆腐、みそ、Oきな粉、Oスキムミルク、油揚げ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、しめじ、ほうれんそう、ひじき、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酒、本みりん	マカロニきな粉 牛乳
19 水	黒糖パン なすとトマトのグラタン 大根サラダ わかめとねぎのスープ	503.1(400.6) 21.4(17.7) 23.4(17.7) 2.5(1.8)	O米、黒糖パン、じゃがいも、小麦粉、Oごま、油、すりごま、砂糖、ごま油	◎牛乳、牛乳、鶏むね肉、チーズ、ツナ油漬缶、バター、スキムミルク	だいこん、たまねぎ、カットトマト缶詰、きゅうり、なす、コーン缶、にんじん、ねぎ、O塩昆布、わかめ、にんにく	ケチャップ、鶏がらスープ、しょうゆ、酢、中濃ソース、パセリ粉	昆布おにぎり 麦茶
20 木	ピピンパザ さつま芋のオレンジ煮 豆腐となめこのみそ汁	606.9(505.0) 21.0(18.6) 17.7(16.5) 1.2(1.0)	米、さつまいも、Oホットケーキミックス、Oケーキシロップ、砂糖、ごま、ごま油	O牛乳、豚肩ロース肉、O牛乳、木綿豆腐、みそ、Oバター、Oスキムミルク、◎牛乳	もやし、ほうれんそう、なめこ、オレンジ天然果汁、干しぶどう、ねぎ、しょうが、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、酒	ホットケーキ 牛乳
21 金	サンマー麺 おからサラダ りんご※すみれ組以上	477.4(434.3) 18.7(17.6) 9.6(11.0) 1.6(1.3)	中華めん、O米、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、ごま油、砂糖	O鶏もも肉、豚肩ロース肉、おから、ハム、Oバター、◎牛乳	もやし、りんご、ブロッコリー、キャベツ、Oにんじん、Oたまねぎ、にんじん、にら、黒さくらげ	本みりん、ラーメンスープ、しょうゆ、O鶏がらスープ、O食塩	チキンピラフ 麦茶
22 土	肉豆腐丼 切干大根の中華風サラダ お昼と油揚げのみそ汁	598.3(503.2) 25.2(21.5) 19.6(17.9) 2.5(1.9)	米、O食パン、Oノンエッグマヨネーズ、砂糖、すりごま、お昼、片栗粉、ごま油	O牛乳、木綿豆腐、鶏もも肉、Oツナ油漬缶、みそ、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、はくさい、ねぎ、にんじん、きゅうり、えのきだけ、切り干しだいこん	煮干だし汁、しょうゆ、酢、本みりん、Oパセリ粉	ツナサンド 牛乳
24 月	夏野菜のカレーライス 春雨ときゅうりの酢の物	587.2(494.6) 17.5(15.9) 19.9(18.2) 1.6(1.3)	米、O砂糖、O米粉、はるさめ、O油、砂糖、O片栗粉、ごま、ごま油、油	O牛乳、O絹ごし豆腐、豚もも肉、スキムミルク、バター、◎牛乳	たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、なす、みかん缶、ズッキーニ、コーン缶、オクラ、にんじん	カレーウ、酢、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、Oペーキングパウダー、Oビュアココア	豆腐のガトーショコラ 牛乳
25 火	食パン 鶏肉のマーマレード焼き グリーンサラダ コーンクリームスープ	476.9(421.8) 22.8(20.5) 9.6(11.0) 2.0(1.6)	O米、食パン、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、スキムミルク、O油揚げ、バター、◎牛乳	クリームコーン缶、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ブロッコリー、コーン缶、Oにんじん、Oごぼう、低糖度マーマレード、Oひじき	Oかつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ、酒、Oしょうゆ、鶏がらスープ、O本みりん、食塩、O酒	ひじき御飯 麦茶
26 水	発芽玄米入り御飯 厚揚げの和風炒め オクラのおかか和え えのきとお昼のみそ汁	447.7(395.0) 20.4(18.3) 13.2(13.4) 1.4(1.1)	米、O小麦粉、発芽玄米、片栗粉、Oノンエッグマヨネーズ、お昼	生揚げ、豚肩ロース肉、O豚もも肉、みそ、かつお節、Oさくらえび、Oかつお節、◎牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、Oキャベツ、オクラ、えのきだけ、Oねぎ、Oあおのり	煮干だし汁、しょうゆ、Oケチャップ、本みりん	お好み焼き 麦茶
27 木	御飯 レバーのかりん揚げ 和風サラダ 小松菜のスープ	532.4(447.7) 21.8(19.2) 15.8(14.9) 1.3(1.1)	米、Oマッシュマロ、Oクラッカー、片栗粉、油、ごま、砂糖	O牛乳、豚レバー、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ごま油、しょうが	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、酢、酒、鶏がらスープ	マッシュマロサンド 牛乳
28 金	ジャージャー麺風うどん ブロッコリー-のりマヨ和え オレンジ※すみれ組以上	442.7(402.4) 16.5(15.9) 11.8(12.6) 1.5(1.2)	O米、干しうどん、ノンエッグマヨネーズ、Oごま、ごま油、砂糖	豚ひき肉、Oしらす干し、みそ、テンメンジャン、◎牛乳	ブロッコリー、たまねぎ、オレンジ、にんじん、きゅうり、Oしそふりかけ、焼きのり、にんにく、しょうが	しょうゆ、ケチャップ	ゆかりじゃこおにぎり 麦茶
29 土	ケチャップチキンライス ツナのバスタサラダ 玉ねぎとにんじんのスープ	553.1(469.4) 19.4(17.3) 17.6(16.3) 1.3(1.1)	米、O食パン、スパゲティ、ノンエッグマヨネーズ、O砂糖、砂糖、油	O牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、Oバター、Oきな粉、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ	ケチャップ、鶏がらスープ、酢	きな粉サンド 牛乳

※都合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つぼみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。