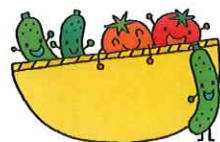




7月の園だより



今年は梅雨入りがゆっくりでしたが、いよいよ雨の多い時期になってきました。今年は夏野菜の収穫がもうはじまっていて、なすやキュウリなどが採れはじめています。子どもたちは曲がったキュウリを見て「なんで曲がっているんだろう？」と不思議そう！たくさんの“どうして？ なんで？”に丁寧に答えながら、探究心を育んでいきたいと思えます。梅雨の合間は暑くて蒸す日があります。体調の変化に早く気づいたり、水分補給や、睡眠をしっかりとり、夏本番に備えたいですね。

☆☆7月の行事予定☆☆



☆5日(金) 誕生会・七夕

☆12日(金) さくらフェスタ・・・さくら組は1日お楽しみがいっぱい!! 子どもたちは日々話し合いをしながら、準備をしています。(詳細はクラスよりお知らせします)

★体操教室 4・18日(木)・・・7、8月はクラス別にプール指導になりますが、天候により変更になります。

※プール、水あそび開始

6月17日(月)にプール開きがありました。プールや水遊びの時の約束事を紙芝居などを通して確認したり、テープカットをして安全祈願をした後は、プールに足だけ入り水鉄砲で遊びました。徐々に水遊びやプールが始まり子どもたちはとても楽しみにしています。今年はたくさんプールや水遊びができるといいですね。

暑さ指数(WBGT)を基準に安全に配慮しながらプールや水遊びなどを行います。プール、水遊びの準備、毎日の検温などお願いします。



* 地域交流 *

19日(金) 水遊び



10:30～11:30まで、園庭にて地域のお子さまに開放して、水遊びを楽しんでいただこうと思います。

(暑さ指数によっては中止になることもあります)

☆登降園に関して☆

お知らせしておりましたQRコードでの登降園が7月1日(月)の午後から始まります。よろしくお願いいたします。
ご不明な点等ありましたら、お問い合わせください。



今年もご近所から笹をいただき、お願い事を書いて飾りたいと思います。

☆みんなの願いがとどきますように・・・



* お知らせとお願い *

★8月のお休み予定について

後日「8月の予定表」を配布いたします。給食発注の関係上、7月16日(火)までに提出をお願いします。

★保育実習生が入ります。

7/23(火)～8/5(月) 1名

★インターンシップで高校生が入ります。

7/29(月)～31(水) 3名

★富士フィルムスクールフォトの写真販売ですが、今年度よりデータの販売も行うことになりました。不明な点等は八景写真館にお問い合わせ下さい。

【つぼみ組】

○安定した生活リズムや環境の中で、快適に過ごす。

○安全で楽しい雰囲気の中で水に触れることに慣れる。

気温や湿度に合わせて室内環境を整えながら、一人ひとりの欲求や思いに応じて安心して過ごせるよう関わっていきます。

入園して初めての夏です。水への興味が広がるようにバケツやジョウロから流れる水の感触を味わったり、シャワーを浴びて気持ちよさを感じていきたいです



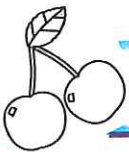
【すみれ組】

○水遊びなどの、夏ならではの遊びを楽しむ。

○身の回りのことを自分でしようとし、自分でできた喜びを味わう。

先日、今年初めての水遊びをすると、「やったー!」「つめたい」と言いながら喜んで遊んでいました。これからさらに暑くなるので、色水や泡などに触れて、夏ならではの遊びを楽しみます。

“自分で”とやってみようとする気持ちが増えてきました。時に手伝ってもらったり、褒めてもらいながら、できた喜びを感じられるようにしていきます。



【もも組】

○身の周りのことを自分で行いながら、健康や安全の習慣を身につける。

○夏の事象や活動に関心を持ち、夏ならではの遊びを楽しむ。

天気や天候について触れ、水分補給や着替え等自分たちで気付いて行えるようにしていきます。プール遊びでは、安全な遊び方を知り、静と動の活動を取り入れ、楽しく過ごしていきたいと思います。

【たんぽぽ組】

○水遊びなど、夏ならではの遊びを楽しみ、満足感を味わう。

○簡単な身の回りのことを保育士と一緒にしようとする。

いよいよ始まった温水での水遊びでは、バシャバシャと水面をたたき跳ね返りを喜んだり、容器で水をすくったりして、思い思いに楽しんでいます。ズボンの着脱等、自分でやってみようとする姿もでできました。夏ならではの遊びを楽しみながら、身の回りのことも「できた!」と達成感を感じられるよう関わっていきます。

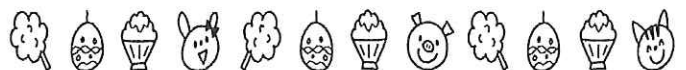


【ちゅうりっぷ組】

○自分の思いを言葉にして伝える。

○夏ならではの遊びを思い切り楽しむ。

初めての水遊びでは、友だちと水をかけあいながら、キャッキョと楽しそうな声が聞こえてきました。本格的に暑くなりますが、水遊びやシャワーでさっぱりしたり、色水遊び、製作などで夏を感じながら、楽しく過ごしていきたいと思います。



【さくら組】

○友だちと一緒に活動する喜びを味わい、つながりを深める。

○健康で安全な夏の生活の仕方を知り、守りながら、過ごそうとする。

いよいよ今月はさくらフェスタです。1日の流れや活動について話をしながら、わくわくした気持ちを大きく膨らませていきたいと思えます。夏野菜はパプリカが育ち、収穫して食べました。次は何が食べられるかな?と楽しみにしながら、水やりをしています。



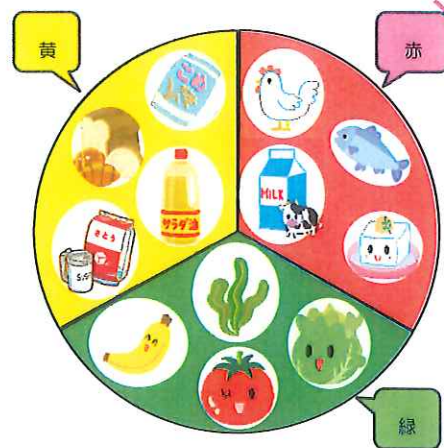


金沢愛児園
2024年7月号

プール開きを行いました。本格的な夏の到来です。子どもたちが大好きなプール（水遊び）ですが、プールは思った以上に体力を消耗します。大好きなプールを楽しむために大切なのは十分な睡眠と朝食です。早寝早起きを心がけましょう。

三色食品群のお話を聞きました！

たべもの列車げんき号の劇を通して三色食品群のお話を聞きました。食べると力が出る「ちから号」は黄、からだが大きくなる「からだ号」は赤、からだの調子良くなる「ちょうし号」は緑です。その日の給食のたべものがそれぞれの役割ごとにげんき号の車両に乗り込んで列車が元気よく出発するお話で、とても楽しく三色食品群について知ることができました。おうちでも食事の時に一緒に三色に分けてみてください。



旬の食材



夏野菜の収穫体験

夏野菜には、キュウリ、ナス、トマト、ピーマンなどたくさんの種類があります。夏バテ防止に役立つ野菜が多いのも特徴です。

今年、金沢愛児園ではこれまでにナスが2回も収穫できました。自分たちで苗を植え水をあげて育てた野菜の味は格別なおいしさです。今後の収穫も楽しみです。



おいしく食べるためのむし歯予防

口は食べ物を碎いて唾液と混ぜ、胃に送りこむ一番目の消化器官です。むし歯菌が食べかすから酸を作り、歯を溶かして起こるため、食事に大きく関係します。

むし歯を作らない食べ方

- ・おやつのお菓子などをだらだら食べず、時間を決めて食べる
- ・適度に硬く食物繊維の多い根菜類や昆布などをよく噛んで食べる
- ・規則正しい食生活をする
- ・清涼飲料水など、糖分の多い飲み物を常用しない



玄関・ゆい組にて給食レシピ配布中です！

- ・おからサラダ
- ・レーズンロッククッキー

2024年07月

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人当り)	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月	粥飯 あじ南蛮 ブロッコリーの白和え お茶と玉ねぎのみそ汁	530.7(465.7) 26.1(22.2) 19.1(17.7) 1.9(1.6)	米、O食パン、ノンエッグマヨネーズ、小豆粉、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、お茶、油	O牛乳、木綿豆腐、あじ、みそ、Oしらす干し、さくらえび、◎牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、Oあおのり	醤油、中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ、食塩	じゃこトースト 牛乳
02火	ソフトフランス チーズ入りミートローフ フレッシュサラダ かぶのスープ	563.9(450.5) 21.5(18.6) 17.3(16.1) 1.9(1.4)	ソフトフランス、O米、パン粉、砂糖、油、Oこま	豚ひき肉、味噌豆腐、チーズ、スキムミルク、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、かぶ、にんじん、かぶの葉、コーン缶、O塩昆布	酢、中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ、食塩	昆布おにぎり 麦茶
03水	和風バターしょうゆスパゲティ こぼろときゅうりのサラダ 白菜のすまし汁 オレンジ※すみれ組以上	542.6(469.6) 21.6(19.4) 15.1(14.6) 1.6(1.3)	O米、スパゲティ、ノンエッグマヨネーズ、ごま、油	O牛乳、O鶏もも肉、ハム、バター、Oバター、◎牛乳	たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、はくさい、ごぼう、オレング、しめじ、にんじん、にんじん、Oたまねぎ、コーン缶、焼きのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、O鶏がらスープ、みりん、食塩、酒、O食塩	チキンピラフ 牛乳
04木	タコライス スイートポテトサラダ 小松菜のスープ	607.9(504.3) 17.6(16.3) 15.9(15.4) 1.9(1.5)	さつまいも、米、O干しとうめん、ノンエッグマヨネーズ、油	豚ひき肉、チーズ、◎牛乳	たまねぎ、トマト、キャベツ、きゅうり、Oオクラ、にんじん、Oにんじん、こまつな、干しぶどう	Oなつお・昆布だし汁、ケチャップ、Oみりん、Oしょうゆ、鶏がらスープ、中濃ソース、カレー粉、しょうゆ	七夕そうめん 麦茶
05金	*誕生会* ひまわりライス ポイルブロッコリー 照り焼きチキン コーンクリームスープ	636.6(542.4) 28.0(24.0) 22.2(20.5) 1.8(1.4)	米、Oホットケーキミックス、O砂糖、O粉砂糖、砂糖、片栗粉	O牛乳、牛乳、鶏もも肉、Oヨーグルト(無糖)、O牛乳、O無塩バター、Oホイップクリーム、ハム、スキムミルク、バター、◎牛乳	クリームコーン缶、ブロッコリー、たまねぎ、Oバナナ、にんじん、とうもろこし、コーン缶、しょうが	ケチャップ、しょうゆ、鶏がらスープ、みりん、食塩	【新メニュー】バナナヨーグルトケーキ 牛乳
06土	豚肉スタミナ丼 ツナとわかめの酢の物の えのきと油揚げのみそ汁	635.0(533.0) 25.1(21.8) 25.6(22.5) 2.2(1.9)	米、O食パン、砂糖、ごま、油、O砂糖	O牛乳、豚肩ロース肉、ツナ油漬缶、Oホイップクリーム、みそ、O無塩バター、油揚げ、◎牛乳	きゅうり、たまねぎ、Oがぼちゃ、もやし、えのきだけ、にら、にんじん、わかめ、にんにく、しょうが	煮干だし汁、酢、しょうゆ、みりん、酒、鶏がらスープ	かぼちゃペーストサンド 牛乳
08月	豚肩米飯 かじきまぐろのりんごソースがけ キャベツの昆布和え 油揚げと小松菜のみそ汁	567.9(474.9) 23.8(19.9) 19.6(17.5) 1.8(1.4)	豚肩米、O玄米フレーク、Oマヨネーズ、油、片栗粉、砂糖	O牛乳、かじき、O無塩バター、みそ、油揚げ、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、塩昆布	煮干だし汁、しょうゆ、酢	玄米フレークスナック 牛乳
09火	食パン 鶏肉のバーベキューソース焼き マカロニサラダ 冬瓜のスープ	471.9(419.6) 21.3(19.3) 10.7(11.8) 1.5(1.2)	O米、食パン、マカロニ、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	鶏もも肉、ツナ油漬缶、◎牛乳	とうがん、きゅうり、Oとうもろこし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、Oこんぶ(だし用)、にんにく	ケチャップ、酒、中濃ソース、O酒、鶏がらスープ、しょうゆ、O食塩、食塩	とうもろこし御飯 麦茶
10水	野菜たっぷり夏マーボー丼 春雨サラダ わかめのスープ	577.1(445.2) 20.7(16.5) 22.8(16.6) 1.7(1.2)	米、Oクラッカー、はるさめ、ごま油、片栗粉、ごま、砂糖	O牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、Oツナ油漬缶、Oクリームチーズ、みそ、テンメジンジャン、◎牛乳	たまねぎ、きゅうり、もやし、なす、トマト、Oいちごジャム・低糖、ピーマン、にんじん、コーン缶、わかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、鶏がらスープ	2種のクラッカーサンド※ 幼児のみ クラッカーサンド(ジャム)※乳児のみ 牛乳
11木	カレーうどん ピーマンのツナ和え バナナ※すみれ組以上	445.5(406.8) 17.5(16.7) 13.5(13.9) 2.1(1.7)	干しうどん、Oカルシウムせんべい、ごま、砂糖、油	豚肩ロース肉、ツナ油漬缶、Oヨーグルト(加糖)、◎牛乳、Oヨーグルト(加糖)	バナナ、ピーマン、にんじん、たまねぎ、ねぎ	かつお・昆布だし汁、カレー粉、しょうゆ、酢	ヨーグルト カルシウムせんべい 麦茶
12金	*さくらフェスタ* 粥飯 鶏の唐揚げ おからサラダ オニオンスープ ゆに※すみれ組以上 *さくら組のみ、量のボテと タコワインナーも提供します	439.5(399.2) 16.3(15.6) 7.5(9.5) 1.1(0.9)	米、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、油、砂糖	鶏もも肉、おから、ハム、◎牛乳	りんご、Oみかん缶(蜜汁)、ブロッコリー、たまねぎ、Oみかん缶、O白糖、O黄糖、にんじん、にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、鶏がらスープ	鶏入りフルーツボンチ 麦茶 ★さくら組はゼリーパーティーを行います
13土	鶏肉の甘辛どんぶり もやしサラダ お茶とわかめのすまし汁	330.9(313.0) 16.6(15.6) 6.3(8.5) 1.9(1.5)	米、O焼きそばめん、ノンエッグマヨネーズ、お茶、砂糖、ごま、油、片栗粉	鶏もも肉、◎牛乳	もやし、たまねぎ、きゅうり、にんじん、Oにんじん、Oたまねぎ、わかめ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、O焼きそば粉、中濃ソース、みりん、食塩、酒	焼きそば 麦茶
16火	味噌ラーメン さつま芋の甘煮 オレンジ※すみれ組以上	516.9(459.9) 17.7(16.9) 9.8(11.1) 1.7(1.4)	中華めん、O米、さつまいも、砂糖、Oこま、ごま油	鶏もも肉、Oチーズ、Oかつお節、◎牛乳	もやし、オレング、キャベツ、コーン缶、ねぎ、にんじん、にんにく	しょうゆ、Oしょうゆ、ラーメンスープ	チーズおかかおにぎり 麦茶
17水	ぶどうパン チキンとほうれん草のグラタン グリーンサラダ たまねぎとにんじんのスープ	514.0(452.7) 19.3(17.9) 16.0(15.7) 2.3(1.8)	O米、ぶどうパン、じゃがいも、小豆粉、油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、チーズ、O練乳、バター、スキムミルク、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、ブロッコリー、にんじん、Oにんじん、O刻みこんぶ	酢、Oみりん、Oしょうゆ、鶏がらスープ、O酒、食塩	豚肉と刻み昆布の混ぜ御飯 麦茶
18木	黒米入り粥飯 カレーの煮つけ 冬瓜のそぼろあんかけ わかめと油揚げのみそ汁	588.7(493.8) 26.8(22.1) 15.7(15.1) 2.1(1.7)	米、O小麦粉、O砂糖、砂糖、Oコーンフレーク、片栗粉、黒米、油	O牛乳、かき、鶏ひき肉、O無塩バター、O牛乳、みそ、油揚げ、◎牛乳	とうがん、たまねぎ、にんじん、O干しぶどう、わかめ、しょうが	煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、Oペーキングパウダー	レーズンロッククッキー 牛乳
19金	粥飯 みそかつ ゆかり和え 小松菜のすまし汁	466.6(414.9) 19.9(18.2) 11.4(12.4) 1.8(1.5)	米、O小麦粉、O片栗粉、油、パン粉、小豆粉、黒砂糖、Oこま、黒すりこま、O砂糖、Oごま油	豚ヒレ肉、みそ、◎牛乳	もやし、キャベツ、にんじん、Oもやし、たまねぎ、こまつな、Oにら、Oにんじん、しそふりかけ	かつお・昆布だし汁、Oしょうゆ、O酢、しょうゆ、鶏がらスープ、みりん、酒、食塩	チヂミ 麦茶
20土	タンメン風うどん 粉らき芋	454.3(410.6) 14.9(14.7) 10.0(11.3) 1.6(1.3)	じゃがいも、O米、干しうどん、片栗粉、ごま油、Oこま油	豚肩ロース肉、Oツナ油漬缶、なると、◎牛乳	キャベツ、もやし、にんじん、にら、O塩昆布、あおのり、Oあおのり	しょうゆ、鶏がらスープ、食塩	シーチキンと塩昆布の混ぜ御飯 麦茶
22月	フランスパン※乳児はバターロール かぼちゃシチュー ツナのバスタサダ 玉ねぎと人参のスープ	559.7(526.0) 20.8(19.7) 13.6(16.6) 2.3(1.8)	O米、フランスパン、スパゲティ、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、O油、油、バターロール	牛乳、鶏もも肉、O鶏がら肉、Oえび、バター、ツナ油漬缶、スキムミルク、◎牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、Oたまねぎ、Oコーン缶、Oピーマン	Oケチャップ、鶏がらスープ、酢、O食塩、O鶏がらスープ、Oカレー粉	パエリア風粥飯 麦茶
23火	麦粥飯 レバーのかりん揚げ 大根とひじきのサラダ モロヘイヤのみそ汁	521.3(448.3) 22.9(20.2) 17.9(16.8) 1.6(1.3)	米、ノンエッグマヨネーズ、豚肩肉(押麦)、片栗粉、Oカルシウムせんべい、油、ごま、砂糖	O牛乳、豚ヒレ、ハム、みそ、油揚げ、◎牛乳	だいこん、Oとうもろこし、たまねぎ、コーン缶、モロヘイヤ、ひじき、しょうが	煮干だし汁、ケチャップ、中濃ソース、酒、しょうゆ	ゆでとうもろこし カルシウムせんべい 牛乳
24水	冷やし中華 鶏肉とさつま芋の甘辛和え すいか※すみれ組以上	480.6(437.4) 16.7(17.3) 6.4(9.0) 2.0(1.6)	生中華めん、O米、さつまいも、片栗粉、Oこま、砂糖、ごま油、砂糖、油	鶏もも肉、ハム、◎牛乳	すいか、もやし、にんじん、きゅうり、ほうれんそう、Oわかめご飯の素、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、酢、みりん	わかめおにぎり 麦茶
25木	三色どんぶり オクラの納豆和え お茶とえのきのすまし汁	470.6(411.5) 20.8(18.6) 14.8(14.4) 1.5(1.2)	米、Oメロンパン、お茶、砂糖	O牛乳、豚ひき肉、焼きわり納豆、◎牛乳	もやし、ほうれんそう、たまねぎ、コーン缶、オクラ、えのきだけ、にんじん、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	メロンパン 牛乳
26金	粥飯 さわらの西京焼き 【新メニュー】切干大根のソース炒め 厚揚げとキャベツのみそ汁	520.4(440.3) 28.1(23.0) 16.4(15.2) 2.0(1.6)	米、Oマカロニ、砂糖、O油	O牛乳、さくら、生揚げ、みそ、Oハム、ハム、O粉チーズ、◎牛乳	ピーマン、切り干しだいこん、にんじん、Oたまねぎ、たまねぎ、キャベツ、Oにんじん、あおのり	煮干だし汁、Oケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、みりん、酒、Oバゼリ粉、O鶏がらスープ	マカロニイタリアン 牛乳
27土	豚肉チャーハン きゅうりともやしのナムル たまねぎとにんじんのスープ	498.3(432.4) 18.0(16.4) 15.9(15.1) 1.9(1.5)	米、O食パン、Oじゃがいも、ノンエッグマヨネーズ、ごま、ごま油、油	O牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、Oきゅうり、きゅうり、Oにんじん、あおのり	しょうゆ、鶏がらスープ、酒、O食塩、食塩	ポテトサラダサンド 牛乳
29月	ピーンズライス パンサンスー 豆腐とわかめのすまし汁	518.1(437.8) 21.5(18.8) 16.2(15.4) 2.0(1.6)	米、はるさめ、Oぎょうざの皮、砂糖、ごま、油、ごま油	O牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、Oツナ油漬缶、Oチーズ、◎牛乳	もやし、たまねぎ、カットトマト缶、にんじん、Oたまねぎ、きゅうり、ピーマン、干しぶどう、ねぎ、わかめ	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、Oケチャップ、しょうゆ、酢、中濃ソース、酒、食塩、カレー粉、Oバゼリ粉	ミニピザ 牛乳
30火	夏野菜のスパゲティ ゴママヨサラダ オニオンスープ	458.0(421.1) 14.4(14.2) 10.8(13.0) 2.1(1.7)	O米、じゃがいも、スパゲティ、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、Oこま、油、砂糖	ハム、ツナ油漬缶、粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、カットトマト缶、きゅうり、にんじん、黄ピーマン、なす、スズキー、Oうめ干し、Oわかめご飯の素	中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ、しょうゆ	うめわかめおにぎり 麦茶
31水	発芽玄米入り粥飯 和風ハンバーグ コールスローサラダ 小松菜と油揚げのみそ汁	559.8(491.3) 22.2(20.1) 21.7(19.7) 1.6(1.4)	米、O食パン、パン粉、ノンエッグマヨネーズ、O砂糖、発芽玄米、砂糖、油	O牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、Oバター、スキムミルク、油揚げ、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、だいこん、きゅうり、こまつな、にんじん、コーン缶、ひじき	煮干だし汁、しょうゆ、酢、みりん、食塩	シュガートースト 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(つばき・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。