

半袖で元気いっぱい走り回っている子ども達の顔にも汗が光るようになります。日ごとに暑くなり、子どもたちは、体調を崩しやすく、感染症や皮膚炎にもかかりやすくなる時期です。体調を崩しやすい今の時期にこそ、生活リズムを見直しましょう。

睡眠不足⇒朝食を食べられない⇒体温調節の乱れ⇒活動力の低下⇒運動不足⇒就寝時間が遅れる・・・こんな悪循環が続くとホルモンバランスが崩れ、健康面でも、精神面でも悪影響が出ます。「よく食べ、よく遊び、よく眠る」このリズムを大切に、家族みんなで元気に暑さを乗り越えましょう。

理事長 上田 雅裕

☆以上児とは、3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
1 プール開き 体育教室 (年中・年長)	2 発育測定	3	4 防犯訓練	5 七夕まつり	6	7
8 スイミング (年長)	9	10 誕生会 (10時半～) 懇談会	11 耳鼻科健診 (以上児)	12 鼓隊指導 (年長)	13	14
15 海の日 ●	16 避難訓練	17 交通安全指導	18 宿泊保育 (年長)	19	20 納涼祭	21
22 終業式 (以上児制服着用)	23 夏休み (1号認定)	24	25 さくらんぼクラス 特別保育申込み締切日	26	27	28
29	30	31	(今後の予定) スナップ写真販売(8/5～18) 夏期保育(8/6・7・27・28)1号認定午前保育 8月の誕生会(8/28 AM10時半～)			



## 7月の行事予定

### プール開き 1日

7月に入りプールあそびが始まります。プールあそびの準備をお願いします。先日「プールあそび前の健康チェック」としておたよりを配布しましたが、お子さんの体調で『風邪気味、ケガをしている、水いぼがある』などの症状が見られる場合は、連絡帳や口頭で必ず担任までお知らせください。異常が見られた場合は、プールに入ることができません。ご理解とご協力をお願いいたします。



### 宿泊保育 18,19日

きく組・あじさい組の年長組さんが、砺波青少年自然の家で1泊2日の宿泊学習に参加します。お家の方と離れることでちょっぴりドキドキもあるかもしれませんがきっと大丈夫！友だちや先生たちと思いきり遊びましょうね！



### 納涼祭 20日

葵会さん主催の納涼祭♪遊んで食べて踊って！楽しい夏の思い出をつくりましょう！

### 終業式 22日 制服着用

1学期の締めくくりの日です。1号認定のお子さんは午前保育です。  
※23日から夏休みにはいります。夏休み中の詳しいことは特集号でお知らせします

### 誕生会 10日



7月生まれの友だちのお誕生会を行います。誕生児の保護者の方は、10:20までにおいでください。

● 健診があります ●

11日(木)・・・耳鼻科健診(長崎先生)

▲ 懇談会があります ▲

10日(水)～12日(金) 15:30～

★ さくらんぼクラス ★

7月のさくらんぼクラスは25日(木)です。水遊びをしますよ～！ぜひ遊びにいらしてください♪



いよいよ7月。普段通りの生活は続きますが、1学期の締めくくりの時期を迎えます。

入園、進級の4月からあっという間のようなようですが、「出来ることがふえてきた」子どもたちです。きっとこれからも、園での活動を通して出来ることがふえていくと思います。

今後も引き続き、お子様を温かく見守り応援して頂きたいと思ひます。

### ◎お子さんの体調管理

蒸し暑かったり涼しかったり、体温調節が上手にできない子ども達には、大人のサポートは欠かせません。夏の暑さや日ざしに気づかずに炎天下へ出てしまうこともあるでしょう。

外へ出るときは帽子の着用を習慣づけるよう、保護者の皆様と共に十分な配慮を持って対応したいと思ひます。

### ◎七夕をきっかけに…

夏の星座から生まれたロマンティックな物語。

織姫と彦星が会えるように、各園の子どもたちの願いが叶うように、私たちは、七夕飾りを見上げて、祈っています。

夏は、この時でなければ出会えない昆虫(セミ、蛍、カブトムシ等)、植物(朝顔、夕顔、スイレン、ハス等)、野菜(きゅうり、なす、スイカ、トマト等)、また、夕立や雷、稲妻、入道雲、天の川...等など、自然や宇宙の働きを、子どもたちに興味を持たせる絶好の機会でもあります。

自然の営みの中で生きる私たち、そこにある命の輝き、尊さを子供たちとともに感じ、考えていきたいと思ひます。



### ◎プール遊び

年長児は、JSS高岡にてスイミングを行っております。

他の学年は、園全体での水遊びを楽しく行いたいと思ひます。

(年長児も園での水遊びに参加します。)

毎年、水の事故のニュースが多く報じられます。

園での水遊びを通して、水の怖さを知らせ、安全に楽しく遊ぶ事などの「お約束」をしていきます。

ご家庭でも、意識してお子様への言葉がけを心がけて下さい。

ほんのわずかな水量でも、幼い子は命を落とすことがあります。

「いのち」の大切さについても、しっかり伝えてあげて下さい。

目の病気等、水遊びに不適切な症状がある場合は、事前に園までご連絡下さい。※詳しくは、各園のお知らせをご覧ください。

### ◎幼児期に育みたい資質・能力の「3つの柱」

【知識及び技能の基礎】

豊かな体験を通じて、感じたり、気付いたり、分かったり、できるようになったりする

【思考力、判断力、表現力等の基礎】

気付いたことや、できるようになったことなどを使い、考えたり、試したり、工夫したり、表現したりする

【学びに向かう力、人間性等】

心情、意欲、態度が育つ中で、よりよい生活をいとなもうとする

上記の波線部分は【知識及び技能の基礎】に繋がります。

私たちは、園生活の中で、子供たちの「遊びの中での学び」を育み、より良い成長を目指しています。

ご家庭でも、お子さんへの言葉がけを工夫してみませんか？

お子さんの成長や学びに向かう姿勢を感じられるかもしれません。



### ◎地域全体での子育て

子どもを取り巻く環境は、どんどん変化しています。

インターネット等を通じて、多くの情報を個人的に得ることの出来る今、その情報が正しいものか、確実なものかをしっかり判断する必要があります。私たち大人は、子どもたちが安全に過ごせるよう、配慮していかなければなりません。家庭の中だけでは、子どもたちを守りきれない部分もあります。

保護者の皆様には、ご自分のお子さまだけでなく、地域全体の子ども達にも関心を寄せ、「地域の子どもを守り育てる」ことにご協力をお願いします。



### ◎個人面談について

園ではご家庭との連携を深めながら、お子様の成長のサポートを行っております。園からご案内の日程でご都合がつかない場合は、ご希望日をお申し出ください。懇談の時期以外でも、ご不安な点などありましたらいつでもご連絡ください。

### ◎保育料等納入金について

7月納入金は、22日(月)に引き落としとなります。





# 7月 献立カレンダー



月	火	水	木	金	土
1 (ごはん) 牛乳 きなこ餅 白身魚のさっぱり甘酢ソース 粉ふき芋 みそ汁(麩・えのきたけ) 牛乳・こぶ柿	2 (ごはん) 牛乳 KC動物園クッキー 肉団子 三色和え なすと油揚げのみそ汁 フロースンヨーグルト	3 (ごはん) 牛乳 ねじねじ 春巻き ごぼうとコーンのサラダ 五目スープ スポロン・ホームパイ	4 (バターロール) 牛乳 チョイス オムレツ マカロニサラダ チンゲン菜スープ 牛乳・黒豆せんべい(まんまるソフトせんべい)	5 (ごはん) 牛乳 味しらべ 七夕そうめん 星のコロッケ 茹でキャベツのゆかり和え 七夕ゼリー 牛乳・星っこ	6 幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児ぶどう・お菓子
8 (ごはん) 牛乳 アンパンマンのおこめボール いかのかりん揚げ(白身魚) きゅうりの松前漬 具たくさんすまし汁 牛乳・ハッピーターン	9 (ごはん) 牛乳 パナナ ポークチャップ 茹でブロッコリー 中華スープ 牛乳・たまねぎおかき	10 ● 誕生会 (ごはん) 牛乳 ぼたこぼらん(おぼん)のめんべい カレーライス ポテチッチサラダ 福神漬 ● プリン(豆乳) ● 牛乳・ビスコ	11 (ごはん) 牛乳 白い風船 アジフライ ブロッコリーときのこのサラダ もやしのみそ汁 牛乳・アンパンマンのソフトせん	12 (卵・乳・小麦なし) (ごはん) 牛乳 野菜ウエハース 厚揚げのそぼろあんかけ いそべ和え なめこのみそ汁 豆びよココア・お米deスイートポテト	13 幼児牛乳 お菓子 (パン) おさかなのウィンナー ピピピチーズ ゼリー・幼児牛乳 オレンジジュース・お菓子
15 海の日 	16 (ごはん) 牛乳 マンナポーロ ハンバーグ ドレッシング和え コンソメスープ 牛乳・おにぎりせんべい	17 (ごはん) 牛乳 お子様せんべい エビフライ 小松菜のごま和え じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 ☆杏仁フルーツミックス	18 (ごはん) 牛乳 動物四十七士 麻婆豆腐 スティックきゅうり にら玉スープ 牛乳・KCさくっとあられ	19 ◎きときとの日 (ごはん) 牛乳 花花せんべい 鶏の空揚げ 春雨サラダ 野菜のスープ 牛乳・ムーンライト	20 幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ キャンディーチーズ ゼリー・幼児牛乳 野菜ジュース・お菓子
22 (ごはん) 牛乳 ぼたぼた焼き 豚肉とキャベツの味噌炒め きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 牛乳・ミニ原宿ドッグ	23 (卵・乳・小麦なし) (ごはん) 青りんごゼリー いわしの梅煮 はりはり漬 ビーフンスープ 野菜生活ジュース・☆フライドポテト	24 (ごはん) 牛乳 セサミハーベスト 鶏肉の照り焼き ほうれん草のツナ和え うどん汁 牛乳・KCさらす揚げ天然塩(むらさきいもせんべい)	25 ◎きときとの日 (ごはん) 牛乳 元氣ミレービスケット 肉じゃがコロッケ 小松菜の和え物 かぼちゃのみそ汁 幼児牛乳・茹でとうもろこし	26 (ごはん) 牛乳 野菜ハイハイソ 洋風すり身揚げ きゅうりのゆかり和え ワントンスープ 牛乳・揚一番	27 幼児牛乳 お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児りんご・お菓子
29 (ごはん) 牛乳 にぎにぎかぼちゃポーロ 鮭のねぎみそかけ ブロッコリーのおかか和え 冬瓜汁 ガリガリくん(ぶどう味)	30 ◎きときとの日 (ごはん) みかん缶 スパゲティーナポリタン コールスローサラダ ワカメスープ 牛乳・枝豆の塩茹で	31 (ごはん) 牛乳 たべっ子BABY わかさぎフリッター 納豆和え 含め煮 幼児牛乳・☆マカロニあべかわ	日付 主食 午前おやつ (3歳未満児) } (全児) 昼食献立 } (全児) 午後おやつ	<b>【お知らせ】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・献立は都合により変更することがあります。</li> <li>・●印がついている日は主食はいりません。</li> <li>・☆印は手づくりおやつの日です。</li> <li>・◎印は「きときとの日」です。</li> <li>19日(金)・30日(火)の食材は、野菜です。</li> <li>25日(木)の食材は、とうもろこしです。</li> <li>・●印は、誕生会スペシャルデザートです。</li> </ul> 	



# 7月 食育だより

令和元年7月  
射水市子育て支援課  
あおい幼稚園

## 手洗い行動チェック!

あてはまるものにしるしをつけてみよう

- 手をあらうのはめんどうだから水でちょっとぬらすだけ
- ハンカチを持っていないので、手をふったり洋服でふいている
- つめはのばしたまま
- 石けんは使うけど手のひらをこするだけでおしまい
- 友だちとよくハンカチの貸し借りをする



## きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!

チェックが多かった人は、手洗いの基本がきちんとできていません。石けんを使って洗い残しがないようによく洗い、きれいなハンカチやタオルでよくふくように心がけましょう。

洗い残しの多い箇所 (絵の斜線部分)



<手の甲>



<手のひら>

## きときとの日



今月の食材: **とうもろこし**



とうもろこしは全国で栽培されていますが、寒暖差が大きい方が美味しい物が作れるといわれ、北海道で全体の約4割を占めています。

とうもろこしは、身体のエネルギーになる炭水化物を主として、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンEなどのビタミン群、リノール酸、食物繊維、そしてカルシウム、マグネシウムなど各種ミネラルをバランスよく含んでいる栄養豊富な食品です。

とくに、食物繊維の量は他の野菜や穀類と比べても、多く含まれている食品の一つです。

【クイズ】とうもろこしに含まれている成分で疲労に効果がもてるものはどれでしょう?

- ① カリウム
- ② リコピン
- ③ ビタミンB1

※答えは下にあります

## 【とうもろこしのゆで方】

※ゆでかたは様々ありますが、塩を加えた水又は湯で茹でます。

- ① 塩を加えたゆで湯が沸騰したらとうもろこしを入れ、落とし蓋をして中火から弱火でゆでる。  
途中2~3回 とうもろこしを鍋の中で回転させる。
- ② ゆであがったら、しばらくゆで湯につけたままにしておく。  
(とうもろこしに塩が入り甘く感じる)

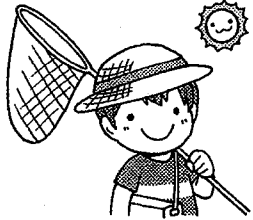
※ 皮を1枚残してゆでる

ゆでている時や、ゆでた後冷ます時、とうもろこしの実に空気が触れることなく、ジューシーなまま仕上がります。



【答えは③】 とうもろこしには糖質がエネルギーになるのを助けるビタミンB1が非常に多く含まれているので、エネルギー補給にぴったりの食材です。暑さでの疲労を回復する手助けとなります。

# ほけんニュース



## 夏に多く見られる 感染症



夏場は、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）などの感染症が流行します。また、プールの際に、水を介して感染症が広がる場合もありますので、注意しましょう。

※（学校保健安全法施行規則第19条における出席停止の期間の基準）

第二種の感染症（結核および髄膜炎菌性髄膜炎を除く）……空気感染または飛沫感染する感染症で、児童生徒等の罹患が多く、学校において流行を広げる可能性が高い感染症を規定している。出席停止期間の基準は、感染症ごとに個別に定められている。ただし、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められたときは、この限りではない。

第三種の感染症（その他の感染症と結核、髄膜炎菌性髄膜炎を含む）……学校教育活動を通じ、学校において流行を広げる可能性がある感染症を規定している。出席停止の期間の基準は、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまでである。

### 手足口病

第三種の感染症

#### 症状

口の中、手、足の裏、おしりなどに水疱性の発疹ができます。また、のどにも痛みをとともう水疱ができるため、食事がとりにくくなります。熱は出る場合と出ない場合があります。

#### 注意点

髄膜炎やまれに脳炎を合併することがあり、注意が必要です。登園のめやすは、「発熱や口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれる」ようになってからです。

### ヘルパンギーナ

第三種の感染症

#### 症状

突然、高熱が出て、のどの痛みなどの症状があらわれます。また、のどに発疹ができて潰瘍になり、食事がとりにくくなります。熱は数日間続きます。

#### 注意点

手足口病と同じように、髄膜炎やまれに脳炎を合併することがあります。登園のめやすは、「発熱や口腔内の水疱・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれる」ようになってからです。

### 咽頭結膜熱（プール熱）

第二種の感染症

#### 症状

高熱、のどの痛み、首のリンパ節の腫れが起こります。目の症状としては、目の充血、目やにがあり、頭痛や全身のだるさがあらわれることもあります。

#### 注意点

感染力が強いため、タオルなどの共有はやめます。手洗いを心がけ、家庭内での感染を防ぎます。また、登園のめやすは「発熱、充血などの主な症状が消失した後2日を経過していること」です。

### 流行性角結膜炎（はやり目）

第三種の感染症

#### 症状

目の充血、目やに、まぶたの腫れ、涙が増えるなどの症状が見られます。また、耳前リンパ節の腫れや痛みを感じることもあります。

#### 注意点

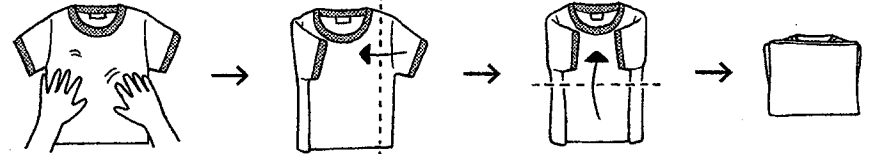
感染力が強いためタオルなどは共有せず、手洗いを心がけ、ドアノブなどを消毒して感染を防ぎます。登園のめやすは「結膜炎の症状が消失していること」です。

プールの時の  
着がえなど

## 子どもたちは洋服をたたんでいますか？

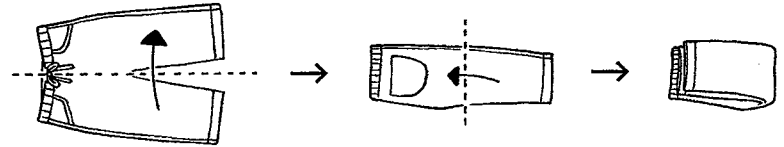
プールや毎日の着がえの時、洗濯物をたたむ時など、機会を見つけてお子さんと一緒にやってみてください(ここで紹介したたたみ方は一例です)。

### Tシャツをたたむ



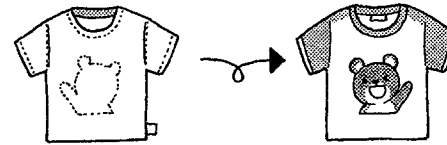
①きれいにひろげる ②そでを片方ずつたたむ ③半分にたたむ ④できあがり

### スポンをたたむ



①半分にたたむ ②半分にたたむ ③できあがり

### 裏返しになった服は……



子どもにとって表裏の区別は難しいので「裏返しになっているよ」と普段から声をかけてください。裏返しだと裏についているタグなどが見えていたり、絵柄が見えなくなっていたりすることを伝え、子ども自身が気づけるようにしていきます。

## おとなも気をつけたい!! 風疹

2013年の流行以降、風疹の患者数は減少傾向で2017年には93人でしたが、2018年は2,917人と増加し、2019年は、3月31日までで、1,112人が報告されています。そのうち94%が成人で、特に30~40代の男性が多くなっています。成人の場合は子どもより発熱や発疹の期間が長く、関節痛がひどいことが多いそうです。また妊婦がかかると胎児が風疹に感染し、難聴や心疾患などの障がいを持って生まれる可能性があります。妊娠中は予防接種は受けられません。感染拡大を防ぐために、これまで風疹の定期接種を受ける機会がなかった40~57歳(昭和37年4月2日生まれ~昭和54年4月1日生まれ)の男性を対象に、風疹の予防接種を約3年間、原則無料で行っていきます。この機会にぜひ検査と接種をお受けください。

※上記の対象年齢の男性は、積極的に風疹抗体検査を受け、必要に応じて予防接種を受けることが勧奨されています。

参考文献：厚生労働省「保育所における感染症対策ガイドライン(2018年改訂版)」、国立感染症研究所HPほか

# わくわくはっけんニュース

## おつきさまの ふしぎを しらべよう

おつきさまを まいにち みて いると、かたち が かわる ことに きづくよ。どんな ふうに かたち が かわるのかな。みえる ばしょは おなじかな。しらべて みよう。

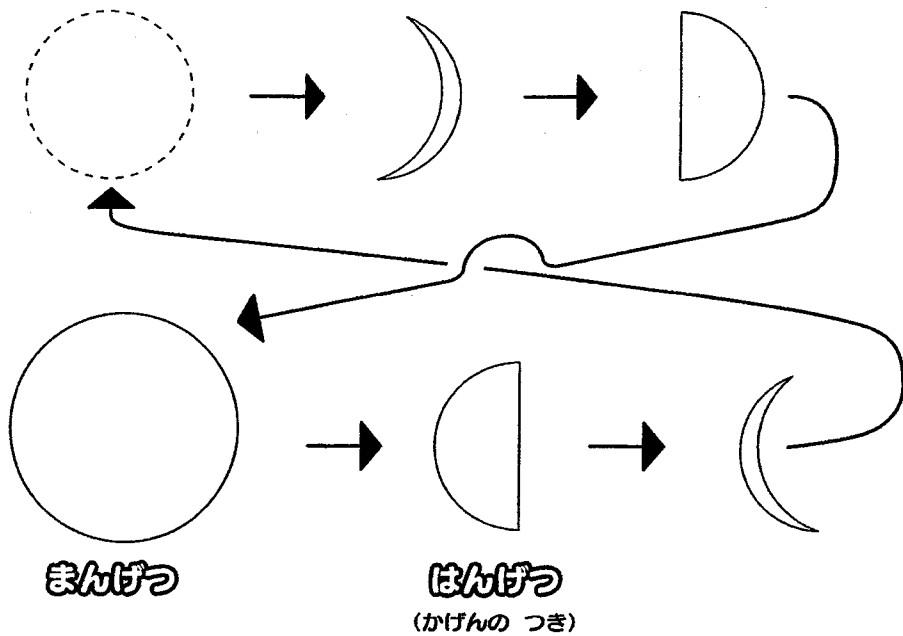
### まいにち かたち が かわるよ

しんげつ

みかげつ

はんげつ

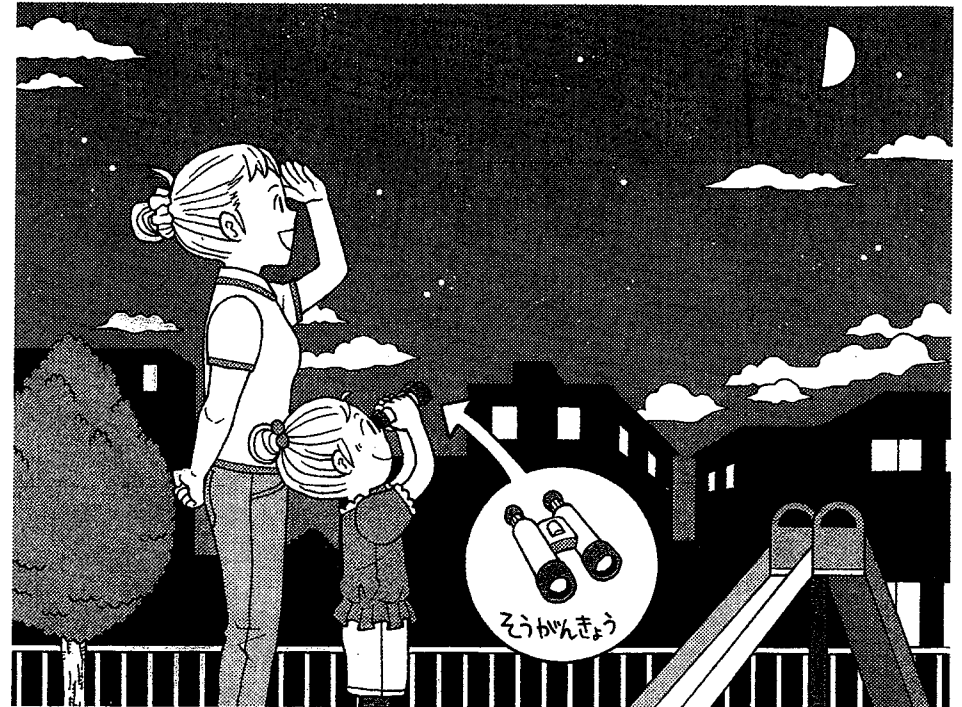
(じょうげんの つき)



※だいたい 1かげつで おなじ かたち に もどるよ。

おつきさまは、よるに なると みえるよ。みる じかんを きめて、みかげつや、はんげつ、まんげつが、それぞれ どこに みえるかも しらべて みよう。

## おつきさまは でこぼこ して いるよ



はんげつ (じょうげんの つき) を、そうがんきょうなどで おおきく かくだいて みて みよう。でこぼこ (クレーター) が みえるかな。

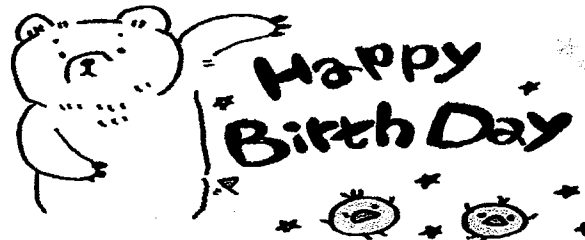
あかるい ところと くらい ところの さかいめの ところが、よく みえるよ。



### 保護者のみなさんへ

アメリカのアポロ11号が人類初の月面着陸に成功したのは、1969年7月のことです。かつては、アメリカとソ連(当時)という2大大国が国の威信をかけて進めた宇宙開発も、現在では国同士が協力し、民間企業が技術などを提供する形で進められるようになりました。

次に人類が訪れるのは、太陽系のどの星でしょうか。また、再び月に行くことはできるのでしょうか。子どもたちと一緒に月を観察しながら、話してみてください。



# ♡ 7月生まれのお友達 ♡

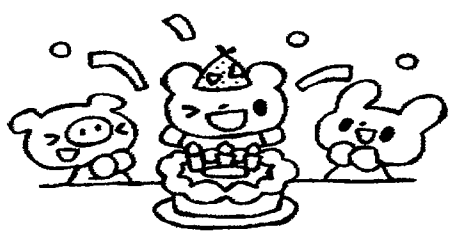
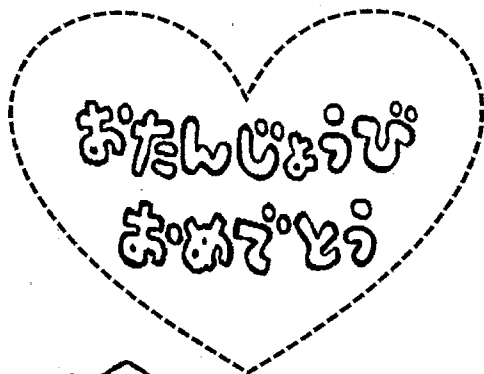
✿たんぽぽ組✿  
誰もいません

✿さくら組✿  
日

✿かな組✿  
誰もいません

✿すみれ組✿  
日

✿きく組✿  
日  
日  
日  
日



## たんぽぽぐみだより

いつも元気いっぱいな子どもたち。「おなかすいたよー」「だっこしてー」と全身でアピールするようになり、たんぽぽぐみの保育室で安心して過ごせるようになってきました。7月は、水遊びを通して、水のいろいろな感触を楽しみたいと思います。シャワーのように流れる水、スポンジに含んだ水、タライに溜った水。それぞれにおもしろさが違います。思う存分、水遊びを楽しみたいと思います。



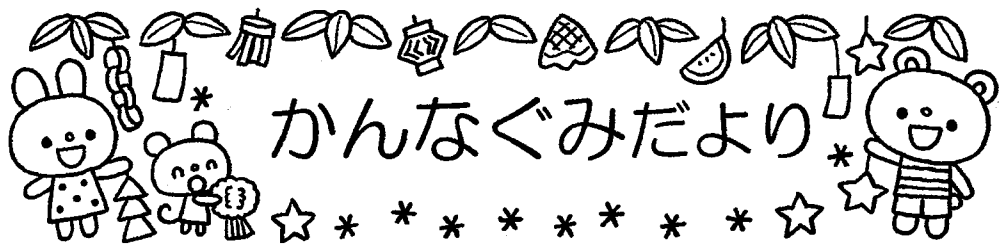
水遊びのお願い・お知らせ

・7月から検温を記入するホワイトボードに、水遊びをする○、水遊びをしない×を毎日記入してください。  
記入がない場合はできません。

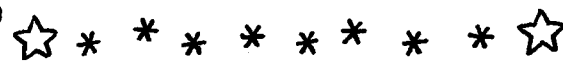
・この時期、とびひや水いぼなどには気を付けて、早めの対処をお願いします。とびひや水いぼがある時は、水遊びを控えてもらう場合があります。

また、下痢や食欲不振など体調がすぐれない時も必ず伝えてください。健康、安全に気を付けて水遊びを楽しみたいと思います。





# かなぐみだより



少しずついろんなことに興味が出てきた子どもたち。お外に出ると虫や生き物を見つけて目をキラキラさせる子。砂場で型ぬきや、お料理を楽しむ子。ちょっぴり難しい太鼓橋に挑戦する子。一人ひとりがやりたいことを見つけて、楽しむ姿が見られるようになり、嬉しく思っています！また雨の日にはお部屋の中で、お歌を歌ったり、クレパスを使ってお絵描きをしたり、体操をしたりして元気いっぱい過ごしています♪

♡**新しいお友だちが仲間入りしま〜す**♡

みんなで仲良くしようね〜！！

## 水遊びが始まるよ〜！！

天候を見ながら水遊びを楽しみたいと思います。下痢や目や耳の疾患、とびひの症状がある場合は、水遊びはできません。（水いぼはラッシュガードや絆創膏で覆えば水遊びはできます）毎朝、お子さんの体調チェックをお願いします。



体調不良等で水遊びができない日は必ず連絡帳でお知らせください。よろしくお祈りします。



# さくらぐみだより

- 梅雨に入り蒸し暑い日が増えてきましたね。子どもたちは雨が降ると、「あ、雨だ！かえるさん、もういいよ〜！」と、窓の外に向かって呼び掛けたり、「せんせい、私の傘ねピンク色なの！」「ぼくのはでんしゃ！」とお気に入りの傘を教えてくれたりとこの時期ならではの会話が生まれています。そんな中、梅雨の晴れ間をねらって、水遊び・どろんこ遊びを楽しんでいます。はだしになって泥の感触を喜んだり、泥のスイーツでおかしやさんをオープンさせたり、頭から水をかぶることを楽しんだり…と全身で水・どろんこあそびを楽しんでいます♪おうちでも子どもたちの楽しかったお話をたくさん聞いてみてくださいね♡7月からはプール遊びも始まります。夏の遊びをいっぱい楽しみましょね♪



交流会があるよ〜！

第3あおい幼稚園の年少つつじ組のお友だちと交流会を予定しています。内容はどろんこ遊びです♡またさくら組では晴れた日は外に出て水遊び・どろんこ遊びを楽しみたいと思います。1学期中は持ち帰りました着がえやタオルは洗濯・乾燥をして次の日にまたお持たせください。よろしくお祈りいたします。



