

令和元年度  
認定こども園太閤山あおい園  
えんだより・なかよし

入園・進級から2か月が経ち、子ども達の活動の幅はどんどん広がっています。年齢に合った活動の中で、様々な事に興味を持ち、学ぶ楽しさ、文字や数字への親しみ、創作や体を動かす楽しさ、集中すること、人の話を聞くこと、発表や発言をすること。そんな日々の積み重ねが、創造力、学習意欲、やる気、集中力、忍耐力、いたわりの心など、大切な「心の根っこ」を育みます。

寒暖差の激しい時期です。お子さんの体調にはくれぐれも気をつけて頂き、元気に登園できるようにしましょう。

園長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 園庭整備
3 フナキタリズム発表 (5歳児) 資源回収	4 親子遊びがき教室 (4歳児)	5 体育教室 (4.5歳児)	6	7	8	9
10 歯科検診 (3歳児)	11 歯科健診	12 避難訓練 眼科健診 子育て応援サークル	13 青葉まつり (3.4.5歳児)	14 太閤山小学校交通安全 (4.5歳児) 交通安全指導	15 親子ふれあい参観 (3.4.5歳児)	16
17 スイミング (らいおん組)	18 鼓隊指導 (5歳児)	19 茶道教室 (5歳児) 保育科引き落とし	20 防犯訓練	21 お母さんクラブの集い (5歳児)	22	23 夏祭りの準備
24 スイミング(ぞう組) 発表会(以上児) 個別懇談会	25 保育講座(来賓児) 太閤山小学校交通安全 特別学習参観の日	26 内科健診	27	28 誕生会	29	30

～7月の行事予定～

- ・7/5(金)～6(土) 宿泊保育(5歳児)
- ・7/17(水) 誕生会
- ・7/19(金) 終業式・夏まつり

0・1・2歳

♪ 今月のうた ♪

- ♪かえるのうた
- ♪かたつむり
- ♪すてきなパパ

☆毎日、こんなあそびを楽しんでいます☆

うさぎ組:積み木遊びが人気です。高く積み上げてタワーやプリンセスのお城などに見立て、遊んでいます。作っている途中で崩れてしまってもその様子や音が面白いようで友だち同士、顔を見合わせ、笑いながらそれもまた楽しんでいます。

あひる組:ままごとや車・電車のおもちゃで遊ことがだいすきです。ままごとでは赤ちゃん人形のお世話をしたり、友だちと手を繋いでお買い物ごっこをしたりして楽しんでいます。車や電車では線路をつなげ「ガタンゴトン」と言いながら走らせて遊んでいます。

りす組:砂場で砂の感触を楽しみながらシャベルで砂をすくって容器に入れたり穴を掘ったりして遊んでいます。時には全身砂だらけになる事も…。またお散歩ロープに繋がって歩くことが上手になって今は園周辺の散歩ですがもっといろいろなところに散歩にいけるといいなあ。

ひよこ組:保育者お手製の円柱つみ木が大人気♡透明カバーなので中に入っている人形やビーズ・ボタン等が見え、振ったり、たたいたり、おねだりして中身を取り出そうと頑張る姿が可愛らしいです。

こあら組:歩けるようになってきたお友だちと一緒に園庭に咲くシロツメクサや四葉のクローバーを探しに探索遊び。ベビーカーで周辺に出掛け、自然に触れあいながら散歩を楽しんでいます。

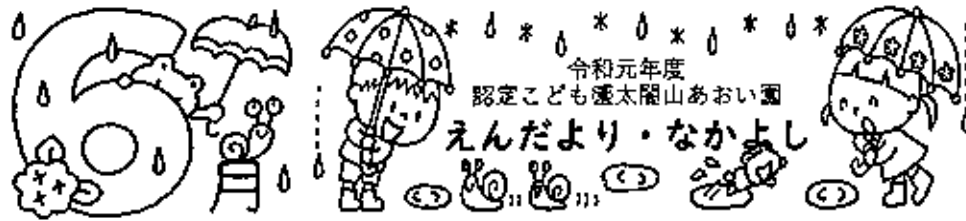


お知らせ・おねがい

6月は衣替えですね。急激に暑くなり衣類の調節が難しい季節ですが一度衣類かこの整理・名前の確認をお願いします。  
※名前がわかりやすい場所に**はっきりと記名してくださいね。**  
午睡時の毛布もタオルケットに切り替えをお薦めします。



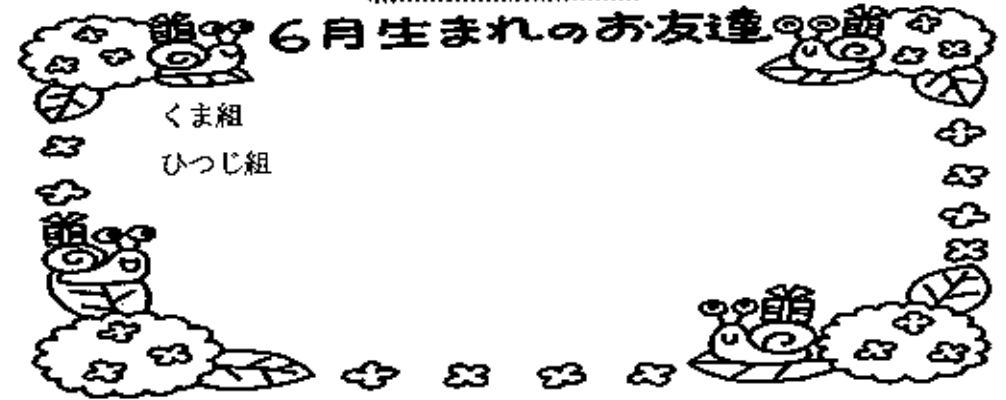
# 3歳児



入園・進級から2か月が経ち、子ども達の活動の幅はどんどん広がっています。年齢に合った活動の中で、様々な事に興味を持ち、学ぶ楽しさ、文字や数字への親しみ、創作や体を動かす楽しさ、集中すること、人の話を聞くこと、発表や発言をすること。そんな日々の積み重ねが、創造力、学習意欲、やる気、集中力、忍耐力、いたわりの心など、大切な「心の根っこ」を育みます。

寒暖差の激しい時期です。お子さんの体調にはくれぐれも気をつけて頂き、元気に登園できるようにしましょう。

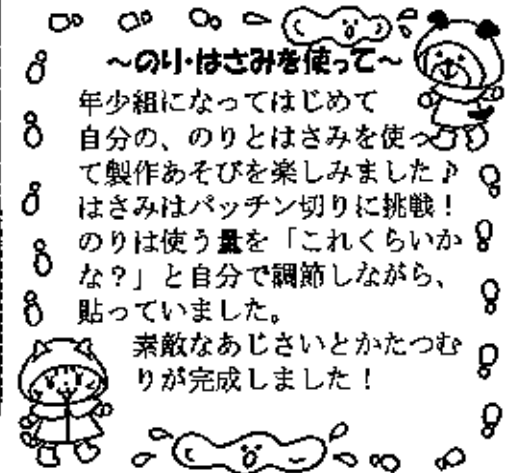
園長 上田 雅裕



くま組  
ひつじ組

## 音感がはじまりました！

年少組から始まった音感。「しかられたーのシ！」「なかよしさんのド！」と元気いっぱい声で先生の真似をしています。「音感楽しい〜♪」「またやりたい！」とやる気満々の子ども達の声が聞こえてきます。これからも楽しみながら取り組んでいきたいと思っています。



## 〈おわがい〉

- ・6月より水分補給のため、水筒を持ってきてください。ストロー式や直接飲むものなど、お子さんが扱いやすいものをご準備ください。
- ・衣替えの時期となりました。お部屋の着替えカゴの中を確認し、季節に合った着替えの補充をお願いします。
- ・6月13日（木）は、青葉まつりです。正装で登園してきて下さい。ご家庭にお花がある方は持ってきてください。
- ・子ども達が活動にスムーズに取り組むことができるように、毎日9時までの登園をよろしくをお願いします。
- ・暑くなってきたので、午睡用の布団をタオルケットまたは綿毛布に交換をお願いします。

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 園庭整備
3 プラネタリウム観望 (5歳児) 資源回収	4 親子遊びの秋 (4歳児)	5 体育教室 (4,5歳児)	6	7	8	9
10 紙芝居ヒーローの冒険 (3歳児)	11 歯科健診	12 避難訓練 眼科健診 子育て応援ナール	13 青葉まつり (3,4,5歳児)	14 太閤山小学校交流会 (4,5歳児) 交通安全指導	15 親子ふれあい学習 (3,4,5歳児)	16
17 スイング (5いおん組)	18 鼓隊指導 (5歳児)	19 茶道教室 (5歳児) 保育料引き落とし	20 防犯訓練	21 紙年賀状ラフの書 (5歳児)	22	23 お月見・お萩まつり
24 スイング(ぞう組) 発表会 (以上児)	25 発表会 (未満児) 太閤山小学校交流会 特別発表会 お月見	26 内科健診	27	28 誕生会	29	30

### 〜7月の行事予定〜

- ・7/5（金）〜6（土）宿泊保育（5歳児）
- ・7/17（水）誕生会
- ・7/19（金）終業式・夏まつり



入園・進級から2か月が経ち、子ども達の活動の幅はどんどん広がっています。年齢に合った活動の中で、様々な事に興味を持ち、学ぶ楽しさ、文字や数字への親しみ、創作や体を動かす楽しさ、集中すること、人の話を聞くこと、発表や発言をすること。そんな日々の積み重ねが、創造力、学習意欲、やる気、集中力、忍耐力、いたわりの心など、大切な「心の根っこ」を育みます。

寒暖差の激しい時期です。お子さんの体調にはくれぐれも気をつけて頂き、元気に登園できるようにしましょう。

園長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 園庭整備
3 フタタリクム風車 (5歳児) 資源回収	4 親子書みかき教室 (4歳児)	5 体育教室 (4,5歳児)	6	7	8	9
10 親子ハーモカ音頭 (3歳児)	11 歯科健診	12 避難訓練 眼科健診 子育て応援サークル	13 青葉まつり (3,4,5歳児)	14 太閤山小学校文楽会 (4,5歳児) 交通安全指導	15 親子ふれあい参観 (3,4,5歳児)	16
17 スイング (らいおん組)	18 鼓隊指導 (5歳児)	19 茶道教室 (5歳児) 保育科引き落とし	20 防犯訓練	21 お年寄りのクラブ発表 (5歳児)	22	23 夏期・文楽会のおしるし
24 スイング(ぞう組) 集資調査(以上児) 個別懇談会	25 夏期参観(参集児) 太閤山小学校文楽会 特別集資中品お披露目日	26 内科健診	27	28 誕生会	29	30

～7月の行事予定～

- ・7/5(金)～6(土) 宿泊保育(5歳児)
- ・7/17(水) 誕生会
- ・7/19(金) 終業式・夏まつり



4歳児

6月生まれのお友達

きりん組

ばんだ組

遠足楽しかったね!

岩瀬スポーツ公園でたくさんの遊具で遊んできました。大きなジャングルジムで遊んだり、ふわふわドームに乗ったりと、子ども達は1日中、楽しんでできました。お家の人が作ってくれた弁当を見て「おいしそう!」と嬉しそうに食べる姿が見られました。楽しい思い出が増えました!

歯磨きじょうずにできるかな?

6月4日は虫歯予防の日と言われています。園では歯磨き教室があり、そこで歯磨きのやり方などを教えていただきます。園でも「きれいに歯磨き出来るかな?」などと声をかけながら歯磨きをしています。お家でも、お子さんが上手に歯磨きをしているか見てあげてください。また、仕上げ磨きも一緒にしてあげてほしいと思います。大切な歯をきれいに磨いて守りましょう!

～お知らせ～

- ・気温が高くなってきて、急に暑くなってきました。水分補給の為、水筒にお茶を入れて持ってきてください。また、子ども達が自分で汗の始末が出来るよう、汗を拭くためのタオルを持たせてください。
- ・6月より衣替えです。制服のジャケットは不要です。名札はスカート又はズボンの左側の肩紐に付けてください。また、着替えかごの中身がまだ、冬用のままのお子さんがありますので、夏用へ衣替えをよろしくお願いします。
- ・6月18日は青葉まつりです。お大師様の誕生日のお祝いに蓮王寺へ行きますので、必ず正装で9時までの登園をお願いします。また、お家にお花がありましたら、持って来て下さい。



令和元年度  
認定こども園太閤山あおい園

えんだより・なかよし

入園・進級から2か月が経ち、子ども達の活動の幅はどんどん広がっています。年齢に合った活動の中で、様々な事に興味を持ち、学ぶ楽しさ、文字や数字への親しみ、創作や体を動かす楽しさ、集中すること、人の話を聞くこと、発表や発言をすること。そんな日々の積み重ねが、創造力、学習意欲、やる気、集中力、忍耐力、いたわりの心など、大切な「心の根っこ」を育みます。

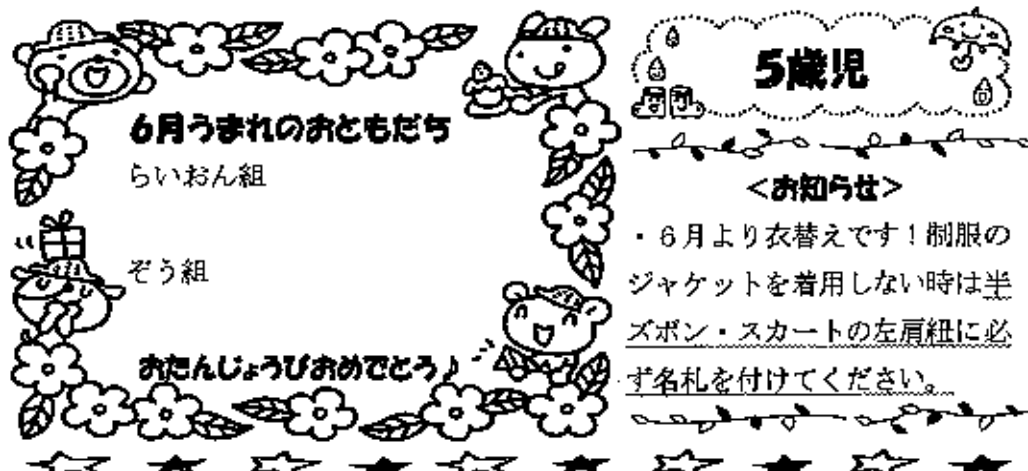
寒暖差の激しい時期です。お子さんの体調にはくれぐれも気をつけて頂き、元気に登園できるようにしましょう。

園長 上田 雅裕

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 園庭整備
3 プラネタリウム鑑賞 (5歳児) 資源回収	4 親子遊びお楽しみ会 (4歳児)	5 体育教室 (4,5歳児)	6	7	8	9
10 観望会〜モニカ降参 (3歳児)	11 歯科健診	12 避難訓練 眼科健診 子育て応援サークル	13 青葉まつり (3,4,5歳児)	14 太閤山小学校交流会 (4,5歳児) 交通安全指導	15 親子ふれあい参観 (3,4,5歳児)	16
17 スイミング (らいおん組)	18 鼓隊指導 (5歳児)	19 茶道教室 (5歳児) 保育参引き際とし	20 防犯訓練	21 お楽しみ会 (5歳児)	22	23 夏祭りの準備
24 スイミング(ぞう組) 参観参観(以上児)	25 参観参観(水曜日) 太閤山小学校交流会 特別参観参観参観日	26 内科健診	27	28 誕生会	29	30
個別懇談会						

～7月の行事予定～

- ・7/5(金)～6(土) 宿泊保育(5歳児)
- ・7/17(水) 誕生会
- ・7/19(金) 終業式・夏まつり



5歳児

6月うまれの子どもたち

らいおん組

ぞう組

おたんじょうびおめでとう

<お知らせ>

・6月より衣替えです！制服のジャケットを着用しない時は半ズボン・スカートの左肩紐に必ず名札を付けてください。

遠足楽しかったね～♪

大型バスに乗って、岩瀬スポーツ公園に行ってきました！天気も良く、遠足日和♪子ども達は、元気いっぱい体を動かして遊んでいました。そして…お腹すいた～と手作りのお弁当ももりもり食べ、ニコニコの子ども達でした。バスの中でのなぞなぞクイズも、大盛り上がりでした。

<おねがい>

- ・6月13日(木)は弘法大師さま(空海)の誕生をお祝いする青葉まつりがあります。正装での登園をお願いします。お家にお花がありましたら、持ってきて下さい。
- ・着替えかごの中を確認し、季節にあった服に入れ替えてください。また、気温が高くなり、汗をかくことも多くなります。毎日、汗拭きタオルをかばんの中に入れて持ってきて下さい。
- ・これから、戸外あそびや鼓隊練習など外での活動が多くなります。十分な睡眠と朝食をしっかりとって元気に活動できるよう、ご協力をお願いします。また、髪の毛の長いお子さんは髪を縛ってくるようにしましょう。



6月も楽しいことがいっぱい！！6月3日(月)は富山市科学博物館見学とプラネタリウム鑑賞に行きます。また、園ではあさがおの観察をしたり泥あそびをしたりして楽しみたいと思います。



新年度開始から約2ヶ月、子ども達も園生活にやっと慣れてきた様子です。しかし、まだまだ不安そうであったり、自信がなさそうであったりする様子が見られる場面もあります。園では、今後もじっくりと子ども達と向き合い、たくさんの笑顔が溢れる園生活を送ることができる様、努めて参ります。保護者の皆様も、引き続き子ども達を温かく見守って頂きたいと思ひます。

### ◎6つになった 「くまのプーさん」原作者 AA ミルンの詩(訳 岡郷 博)

1つのときは なにもかも はじめてだった

2つのとき ぼくはまるっきり しんまいだった

3つのとき ぼくはやっと ぼくになった

4つのとき ぼくは おおきくなりたかった

5つのとき なにからなにまで おもしろかった

今は6つで ぼくはありっただけ おりこうです

だから いつまでも 6つでいたいと ぼくはおもいます

自我の芽生える3歳児の姿を「ぼくになった」と、目の前の世界が急激にひろがりだした4歳児を「大きくなりたかった」と園生活を自分のものに始めた5歳児を「なにからなにまで面白かった」とそして仕上げの6歳児は「おりこうで」と自信にみちています。

(教育ワード ホームページより)

子どもの成長を表すものの一つとしてご紹介しました。

1、2歳児も、「何もかも初めて」が、「不安」ではなく興味や成長に繋がるよう、工夫しながら子ども達と向き合っています。

子ども達が安全に楽しく過ごせる環境を整え、「今しか出来ないこと」「これからの活動につながること」に取り組み、子ども達の「今後の成長に繋がる活動」を重ねて参ります。

### ◎教員と園児の関わり方について

私たち教職員は、子ども達の成長を見ながら、いつまでも手取り足取り関わるのではなく、「見守る」「適切な言葉を掛ける」等、子ども一人ひとりへの接し方に変化を持たせています。少しずつ、自分で出来る事がふえてくる子ども達です。「自分で出来た」を感じる事も成長の一つです。

保護者の皆様には、「いつの間にか出来る様になっている、知っている…」とほんの少しの変化にも、喜びを見いだして頂きたいと思ひます。

又、すぐにお子さんに手を貸さず、子ども達の成長する力を信じて、少し見守ってみてください。

「一人で出来た！」を、たくさん目にすることが出来ると思ひます。

### ◎6月15日 青葉まつり

青葉まつりは、お大師様(弘法大師:空海)の誕生日を祝うお祭りです。大仏様のいらっしゃる蓮王寺の本堂で、13日にお大師様の誕生日をお祝いします。



### ◎預かり・延長保育について

子育て支援の立場から、預かり・延長保育を実施しています。ご家庭の都合で、預かりをご希望の場合は遠慮なくお申し出下さい。ただ、子どもの立場から見ると、園での長時間生活は、負担になってくる場合もあります。園では家庭的な雰囲気大切に、お子さんが疲れないような配慮をしています。お子さまの状況等考慮の上ご利用下さい。

### ◎健康観察

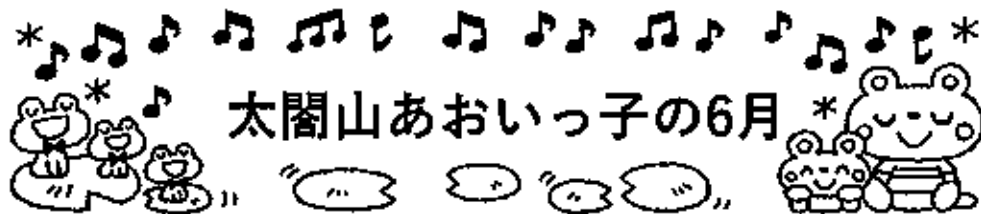
このところ夏のように暑い日が続いています。園では、着衣による体温調節や汗をかいた後の対応などの配慮をしておりますが、ご家庭での様子もお知らせ下さい。

「慣れてきている」とはいえ、まだまだ環境の変化による緊張や、疲れが出てくる時期です。気になる点がありましたら、園へお知らせ下さい。

### ◎授業料・保育料等納入金について

20日(木)となっています。





# 太閤山あおいっ子の6月

## 基本理念

～生かせいのち～

一人ひとりを共にいかします  
 すべては 人に対する思いやり いたわりの心から生まれます  
 私たちは一人ひとりの命を慈しみ 命から学び 共に生きていきます



	0歳児	1歳児		2歳児	3歳児	4歳児	5歳児
		ひよこ	りす				
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>保育者に見守ってもらいながら、寝ばいやいや、歩行等で活発に体を動かしたり探索して遊んだりする</li> <li>保育者と安心できるかかわりによって、自分の思いを十分に出す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保育者と一緒に好きな遊びをしたり体を動かしたりして、遊ぶことを楽しもう</li> <li>梅雨期を気持ちよく過ごそう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>梅雨時期を快適に過ごそう</li> <li>保育者と一緒に戸外遊びを楽しみ、十分に体を動かして遊ぼう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保育者に手伝ってもらいながら、身のまわりのことを自分でやってみよう</li> <li>保育者や友達と一緒に戸外で体を動かしたり、砂や水を使ったりして楽しもう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の思いを言葉で伝えよう</li> <li>自分のしたい遊びを見つけ、繰り返し楽しもう</li> <li>遊びや生活には約束や決まりがあることを知ろう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>梅雨の季節を感じ、身近な動植物に触れてみよう</li> <li>遊びや生活の中で、自分の思いを相手に伝えてみよう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分なりの期待や課題を持ち、友達と一緒に考えたり、工夫したりして遊ぼう</li> <li>身近な動植物や自然の素材に関わろう</li> </ul>
せいかつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を保育者と一緒に真似てみる</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>「おはようございます」「いただきます」等の挨拶を保育者と一緒に真似てみる</li> <li>手づかみしながら、自分で食べる満足感を味わう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>保育者と一緒に身の回りのことをしてみよう</li> <li>スプーンやフォークを使って、自分で食べてみようとする</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>スプーンやフォークを正しく持ち、お皿に手をそえて、楽しく食事をする</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣服の着脱の中で、裏返しの直し方等を知り、自分で直そうとする</li> <li>濡れたり汚れたりした服を自分で着替えるようとする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯磨きの大切さや正しい歯の磨き方を知ろう</li> <li>時の記念日を知り、時間に興味を持とう</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣服の調節、手洗いやうがいのお大切さを知り、進んで取り組もう</li> <li>歯のお大切さを知り、正しい歯の磨き方ができるようにしよう</li> </ul> 
あそぼう	<ul style="list-style-type: none"> <li>散歩</li> <li>ボール遊び</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>散歩</li> <li>テラスや園庭で遊ぶ</li> <li>サーキット遊び (くぐる・のぼるすべる)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>散歩</li> <li>テラスや園庭で遊ぶ</li> <li>砂遊び</li> <li>ままごと</li> <li>ブロック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>散歩</li> <li>ままごと</li> <li>サーキット遊び (マット・一本橋・フープ)</li> <li>園庭で遊ぶ</li> <li>ブロック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>戸外遊び (砂遊び・泥遊び)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>泥遊び</li> <li>ボール遊び</li> <li>サーキット遊び</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>戸外遊び</li> <li>散歩</li> <li>集団遊び (リレー、ドッグボール)</li> <li>かけっこ</li> <li>泥遊び</li> </ul>
つくろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>手形スタンプ遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>粘土でなぐりがき</li> <li>スタンプ遊び</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>粘土でなぐりがき</li> <li>シール貼り</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>絵の具遊び (筆を使って)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>七夕製作</li> <li>朝顔をつくろう ～にじみ絵～</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腕時計</li> <li>虫歯予防の日にちなんだ製作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>時の記念日製作</li> <li>七夕飾り</li> </ul>
うたおう	<ul style="list-style-type: none"> <li>かえるのうた</li> <li>かたつむり</li> <li>すてきなパパ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>パンダ・うさぎ・アヒ</li> <li>かたつむり</li> <li>すてきなパパ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かえるのうた</li> <li>かたつむり</li> <li>すてきなパパ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>はをみがきましょう</li> <li>かえるのうた</li> <li>とけいのうた</li> <li>かたつむり</li> <li>すてきなパパ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かたつむり</li> <li>とけいのうた</li> <li>はをみがきましょう</li> <li>かえるのうた</li> <li>青葉まつりのうた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>とけいのうた</li> <li>あめふりくまのこ</li> <li>おたまじゃくし</li> <li>はをみがきましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>とけいのうた</li> <li>はをみがきましょう</li> <li>あめふりくまのこ</li> <li>青葉まつりのうた</li> <li>たなぼたさま</li> </ul>

## 保育目標

\*いのちを大切にする子 ～思いやり いたわりの心をもって～  
 \*元気な子 ～心身共に 丈夫で強く～  
 \*自分で考え頑張る子 ～あきらめない～



# 6月 献立カレンダー



月	火	水	木	金	土	日
<p><b>【お知らせ】</b></p> <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> </ul> <p>11日(火)の食材は白エビ、 25日(火)、26日(水)はこらです。</p>				<p>1</p> <p>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</p> <p>幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きレアチーズケーキいちごゼリー・幼児牛乳 幼児ぶどう・お菓子</p>		<p>2</p> <p>幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズかまぼこ 豆乳プリン・幼児牛乳 アンパンマンジュース・お菓子</p>
<p>3</p> <p>(ごはん) 牛乳 スリタイム さんまの生姜煮 かみかみサラダ かき玉汁 オレンジゼリー</p>	<p>4</p> <p>(ごはん) 牛乳 ミレービスケット えびマヨネーズ 変わり和え 春雨スープ 牛乳・ソフトサラダ</p>	<p>5</p> <p>(ごはん) 牛乳 お豆腐製パンに焼いた かぼちゃコロック ごまじゃこサラダ なめこの味噌汁 牛乳・ココナッツサブレ</p>	<p>6</p> <p>(バターロール) 焼きたこやき スパゲッティミートソース ドレッシング和え メロン ☆プリン</p>	<p>7</p> <p>(ごはん) 牛乳 ぼかうけ 春巻き 兄弟和え 豚肉とごぼうのみそ汁 コーンフレークの牛乳かけ</p>	<p>8</p> <p>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 野菜生活・お菓子</p>	<p>9</p> <p>幼児りんご お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きチーズ ヨーグルト・幼児牛乳 幼児ぶどう・お菓子</p>
<p>10 (卵・乳・小麦なし)</p> <p>(ごはん) 目玉焼き 花巻せんべい 鶏肉のさっぱり煮 たたき胡瓜 小松菜のみそ汁 ☆フルーツポンチ</p>	<p>11 ◎きときとの日</p> <p>(ごはん) 型抜きオレンジペーパーせんべい 白エビ揚げとフライドポテト ブロッコリーのおかか和え にら玉スープ 牛乳・ハーベスト</p>	<p>12</p> <p>(ごはん) 牛乳 パナナ 魚の西京焼き風 三色和え 豚汁 牛乳・おととど 幼児牛乳・☆ジャムサンド</p>	<p>13</p> <p>(ごはん) 牛乳 動物の七夕 八宝菜 キャベツの甘酢和え 水菜のスープ 幼児牛乳・☆ジャムサンド</p>	<p>14</p> <p>(ごはん) 牛乳 小魚ぼんせん エビカツレツ もやしのナムル 卵とコーンのスープ 牛乳・ブリッツ</p>	<p>15</p> <p>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 幼児りんご・お菓子</p>	<p>16</p> <p>幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズかまぼこ ゼリー・幼児牛乳 オレンジジュース・お菓子</p>
<p>17</p> <p>(ごはん) 型抜きお豆腐製パンに焼いた 魚の南蛮漬け ごま和え えのき茸のみそ汁 スポン・まがりせんべい</p>	<p>18</p> <p>(ごはん) 牛乳 カルシウムせんべい タンドリーチキン ぼてちっちサラダ 豆腐のスープ 牛乳・鳴門金時芋棒</p>	<p>19 (卵・乳・小麦なし)</p> <p>(ごはん) 野菜生煮ジュース 煎こ 豚肉の生姜焼き 粉ふき芋 キャベツのみそ汁 幼児ぶどう・お米deスティックケーキ</p>	<p>20</p> <p>(ごはん) 牛乳 マンナビスケット 卵とじ ポイルウイナー 切り干し大根のカミカミ汁 あじさいゼリー</p>	<p>21</p> <p>(ごはん) 牛乳 野菜ハイハイ ちくわの炒め煮 キャベツの即席漬け 卵うどん汁 牛乳・瀬戸の汐揚</p>	<p>22</p> <p>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 野菜ジュース・お菓子</p>	<p>23</p> <p>幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ スティックチーズ 豆乳プリン・幼児牛乳 幼児りんご・お菓子</p>
<p>24</p> <p>(ごはん) 牛乳 かぼちゃポロロ 小松菜のカラフルソース炒め シューマイ 大根のみそ汁 ☆フルーチェ</p>	<p>25 ◎きときとの日</p> <p>(ごはん) 黄桃缶 コーンコロック 小松菜のごま和え 肉団子スープ 牛乳・豆乳クッキー</p>	<p>26 ◎きときとの日</p> <p>(ごはん) 牛乳 白い風船 チャプチェ スティックきゅうり わかめスープ 牛乳・ぼたぼた焼き</p>	<p>27</p> <p>(ごはん) 牛乳 黒ごろこクッキー ハンバーグ ほうれん草のお浸し 豆乳スープ ☆合わせるゼリー</p>	<p>28 ●</p> <p>牛乳 小魚スナック カレーライス ヒレカツ グリーンサラダ 牛乳・チョイス</p>	<p>29</p> <p>幼児牛乳 お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ チーズかまぼこ ゼリー・幼児牛乳 スポン・お菓子</p>	<p>30</p> <p>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 アンパンマンジュース・お菓子</p>

# 6月 食育だより

6月は湿度が高くなるので、食中毒に注意しましょう。



## 噛むことについて

健康で元気な毎日を送るためには自分の歯でかむことが大切です。食べものをかんで飲み込むことは、生まれつき持っている能力ではなく、離乳期、乳幼児期に学習して身につくものです。大人がよくかんで食べている姿を見せながら、親子で歯ごたえのある食事を楽しんでみてください。

歯やあごの骨、口周りの筋肉が発達し、歯並びが整う。発音もハッキリする。

ひとくち30かい

脳への血液のめぐりがよくなり、頭の働きが活発になる。

だ液がよくでる。

食べものがじっくり味わえ、味覚が発達する。



満腹感を得やすく、食べ過ぎを抑える。

## 給食では“カミカミメニュー”を計画

- ・かみかみサラダ
- ・豚肉とごぼうのみそ汁
- ・切り干し大根のカミカミ汁
- ・ごまじゃこサラダ
- ・スティックきゅうり など



食後には歯みがきの習慣を！

## 射水きときとの日



### 今月の食材：ニラ

ニラには、にんにくやねぎにも含まれる「アリシン」という香り成分が入っています。そのためニラといえばすぐに独特なおいを連想しますが、ビタミンB1と一緒に摂取すると、新陳代謝の活性化、慢性疲労や筋肉疲労の回復に繋がります。

また、葉の緑の部分にはβ-カロテンが多く含まれています。

β-カロテンは油と一緒に摂ると吸収がよくなるので、豚肉やレバーなどと一緒に油で炒めて食べるのが最適ですよ。

【クイズ】 野菜にはいろいろな種類がありますが、ニラやにんじん、ほうれん草などの緑色や黄色の野菜は何という名前？

- ①淡色野菜      ②濃色野菜      ③緑黄色野菜

※答えは下にあります



### 今月の給食レシピ：にら玉スープ

#### ●材料（1人分）

- ・にら 7g
- ・たまご 25g
- ・鶏もも肉 10g
- ・春雨 4g
- ・にんじん 5g
- ・中華だし 1g
- ・しょうゆ 0.5g
- ・塩 3g
- ・片栗粉 1g

#### ●作り方

1. 春雨はゆで、食べやすい長さに切る。
2. にんじんはせん切り、ニラは食べやすい大きさに切る。
3. 鍋に水とにんじんを入れ火にかけて柔らかくなったら鶏肉を加える。
4. 鶏肉に火が通ったらAの調味料で味付けし春雨とニラを入れる。
5. ④に水溶き片栗粉を入れて最後に溶き卵を加える。



【答えは③】 野菜は、緑黄色野菜と淡色野菜に分けられます。緑黄色野菜とは、一般的にβ-カロテンが多く含まれている野菜のことを指します。