



例年であれば夏休みに入るところですが、今年は登園自粛期間の関係で夏休みを少し短くすることになりました。梅雨も長く夏の外遊びを十分に楽しめなかった分、これから思いっきり楽しみたいと思います。

梅雨が明けるのは嬉しいものですが、暑さが厳しくなると、子どもも大人も体調を崩しやすくなります。新型コロナウイルスの感染拡大も懸念されていますので、体調の変化には特に気を配りながら、暑い夏を乗り切りましょう。

理事長 上田 雅裕



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 発育測定 <small>午前保育 (1号認定)</small>	4 防犯訓練	5 鼓隊指導 (年長児)	6 ウキウキ なつまつり	7 制服着用 終業式	8 夏休み 始まり (1号認定)	9
10 山の日	11 特別保育	12 特別保育	13 特別保育	14 特別保育	15	16
17	18	19	20	21	22	23 夏休み 終わり (1号認定)
24 制服着用 始業式 <small>午前保育 (1号認定)</small>	25 特別保育 申込み締切日	26 避難訓練	27 交通安全指導	28 以上児 午睡終了	29 入園説明会 <small>(あおい幼稚園にて)</small>	30
31 誕生会	～9月の行事予定～ ・9/7(月) スイミング(年長児) ・9/10(木) 9月生まれ誕生会					



- ・歯ブラシ (毛先が広がっている物は新しくする。)
- ・ズック (小さくなっていないか確認してあげてください。)
- ・紅白帽子 (ゴムが伸びている場合は付け替えて下さい。)
- ・マジック・クレヨン・色鉛筆・筆箱を確認 (書けなくなったマジック・クレヨンは園で注文できます。)
- ・コップ・タオル・スモック
- ・着替え袋 (中身の確認をお願いします。)

※お子さんの持ち物全てに名前の明記をお願いします。

※2学期の始業式に持ってきてください。

《絵日記を書きましょう》3・4・5歳児

用紙は8/7に
お渡しします。

夏休みの楽しかった出来事や思い出を絵日記に書いてみましょう！！

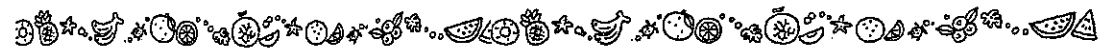
写真やパンフレットを貼ってもいいですよ。どんな絵日記になるのか、楽しみにしています。2学期の始業式(8月24日)に持ってきてください。

※用紙が足りない場合は、園にありますのでお申し出ください。



『あしあと』について

当園では、全園児に園での様子を記した「あしあと」をお渡ししています。これは、園でのお子さんの表情を捉えた写真に、担任のコメントを添えたものです。笑顔あり、涙あり、生き生きと語りかけてくれる時や、何にも言えず困っている時など、全てが子ども達の日々の成長の足跡です。えんだよりの「クラスだより」「ゆめねっと」ではお伝えしきれない一人ひとりの表情を、毎日の活動の中で担任がカメラに納めました。お子さんの「成長のあしあと」の一つとしてご覧ください。終業式の日にお渡ししますので保護者の方からのメッセージをご記入いただいて、9月4日までに担任までお返し下さい。



6日 ウキウキなつまつり(9:00~11:00頃)

6日は、ウキウキなつまつりの日です。先生達が楽しいゲームをたくさん用意しています！みんなで盆踊りを踊って、楽しい夏のひと時を過ごしたいと思います。子ども達の夏の思い出の1つになればと思っています。

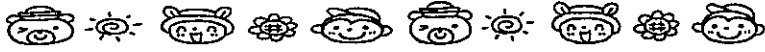
※今年度はコロナウイルス感染予防の観点から子ども達と職員の参加となります。保護者の方の参加はありませんのでご了承ください。

※この日は、時間の都合上3歳以上児は体操服で登園して下さい。(制服はいりません)

7日 終業式・午前保育・3歳以上児制服着用

※1学期の終業式です。1号認定のお子さんは午前保育(11時20分降園)です。

※制服(マーク入りブラウス・ネクタイ・ズボンorスカート・紺のハイソックス)で登園してください。



3日~7日・24日~28日の期間 1号認定のお子さん午前保育

1号認定の方で1日保育を希望された方は、午睡布団の準備をお願いします。

1日保育の申込みは事前に受付済みです。

8日~23日 夏休み(1号認定)

1号認定の方は夏休みにはいりません。



24日 2学期の始業式・午前保育・3歳以上児制服着用

※2学期の始業式です。1号認定のお子さんは午前保育(11時20分降園)です。

※制服(マーク入りブラウス・ネクタイ・ズボンorスカート・紺のハイソックス)で登園してください。

29日 入園説明会(あおい幼稚園にて)10:00~

来年度入園の方を対象に8月29日(あおい幼稚園にて)と9月12日(第三あおい幼稚園にて)に入園説明会を行います。在園児兄弟のお子さんへは、後日入園案内の資料をお渡しします。詳しくは園までお訪ね下さい。

31日 誕生会

8月生まれのお誕生会を行います。みんなでお祝いしようね!!



おねがい

ティッシュ1箱ご寄付ください。

※各クラスに常備しておきたいのでお願いします。

1歳児クラス
毎日、幼稚園に元気にやってきて、さまざまな「初めて」を思いきり楽しむ4人のちびっこたち...日に日に行動範囲も広がり、小さな発見や驚きもそれぞれの表現の仕方で伝えてくれます♪心が柔らかいのだなあ~

2歳児クラス
おともだちと一緒におもいつきり遊ぶことが大好きなうさぎ組さんの一番好きなことは...朝の集まりでの手遊び♪そして体操や踊りなんです。CDをかけ始めようとする先生の姿を見るや否やみんな集まってきて、遊びに全力投球なうさぎ組さんの成長はこれからが楽しみ!

1がっきの そたち

保護者のみなさま
多方面にわたり、ご協力いただきまして
ありがとうございました。

職員一同

3歳児クラス
せんせーみてみて~!!と駆け寄ってくる手には観察ケース! 中られ中られたケースの中にはカナヘビ・だんごむし・バッタ・せみのめけがら・ちいさな草花etc
みんなと一緒にする楽しさを感じ合っているつつじ組のこども達の姿が、たくさん見られるようになってきました。「おはようございます」「ありがとう」など挨拶もできるようになってきたね

4歳児クラス
12人の小さな集団ですが、力を合わせる体験をどんどん積み重ねていけるよう、少しずつですがみんな大好きな遊びを考えて、自分の思いも言いながら協力し合う姿がみられるようになってきたね♪

5歳児クラス
ちよつぱり甘えん坊さんなこども達も6歳になるんだ!という「意欲」が、友達と競い合うことだったりみんなで取り組むことだったり、自信を深めてチャレンジしていくことがこれからどんどん増えていくよ。がんばれ!!

鷹 寺 学 園

INFORMATION

コロナ禍の中で、私たちは初めての夏を過ごします。
大人が気を付けている行動は、そのまま子ども達が学び実践することです。
十分な配慮を持って、正しく恐れ正しく対処できる生活習慣が身につくよう、
各園で工夫をしていきたいと思えます。

◎夏休み中の保育について

今年は短い夏休みとなりますが、夏休みの保育は通常とは少し違うこととお知らせします。

2・3号認定のお子さんの夏休み期間中の保育は、より家庭の雰囲気に近い環境とゆったりとした時間の流れの中で園生活を送ります。クラス編成も従来のクラスではなく、「異年齢クラス」編成で活動します。（預かり保育のお子さんを含めます）

子育て支援の立場から、夏休み中も1号認定の預かり保育を実施しています。
職員研修・特別休暇・お盆期間等の関係から、実施日・時間等は、各園の案内をご覧ください。

この預かり保育・延長保育について保護者の皆様にご理解頂きたいことは、長時間家庭から離れることは、園児にとって「精神的に負担がかかる」ということです。子どもさんの状況をよくご覧の上ご利用下さい。

また、帰宅後は、お子さまとのスキンシップを十分にお取り下さい。

◎挨拶の大切さ

1. あいさつ（人と接する第一歩です）
2. ありがとう（感謝する心）
3. ごめんなさい（反省する心）

この3つは、しつけの基本といわれています。

子どもにだけさせるのではなく、保護者の皆様も実践して下さい。

また、子ども達には、「自分は愛されている、大切にされている」と実感できる様な接し方をして下さい。それによって、子ども達は、安心して色々なものに意欲的に取り組める様になります。

◎体の声に耳を澄ます

あわただしい日々の暮らしの中でも
体の声に耳を澄ますことを 忘れないでください
食べ物や水 睡眠
休みが必要なことを 体がどんなふう知らせるか
子どもはそれを親から学びます

（子どもが育つ魔法の言葉 ド・ロシー・ロー・ノルト より）

子どもは、大人のすることをよく見ています。

私たちの何気ない言葉や行動も、「子どもが見ている」ことを意識してみてください。

子ども達の「健康な心と体」を育てる責任は、私たち大人にあります。

◎幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿

その5 社会生活との関わり

家族を大切にしようとする気持ちを持つとともに、地域の身近な人と触れ合う中で、人との様々な関わり方に気付き、相手の気持ちを考えて関わり、自分が役に立つ喜びを感じ、地域に親しみをもつようになる。また、幼稚園内外の様々な環境に関わる中で、遊びや生活に必要な情報を取り入れ、情報に基づき判断したり、情報を伝えあったり、活用したりするなど、情報を役立てながら活動するようになるとともに、公共の施設を大切にするなどして、社会とのつながりを意識するようになる。

（参考 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿 東洋出版発行武藤隆著）

人と関わることの重要性が書かれていますが、今は不特定多数の人との接触がおそれられています。

難しい環境の中での子育てとなっていますが、「今できること」を考えながら、日々活動していきます。

◎授業料等納入金について

8月20日(木)を予定しています。

※保育料・給食費・バス利用者代金は、1年分を12等分したものですから、実際には登園しない月や、日数が少ない月（4月、8月、12月、3月）も、同額の徴収になります。



8月 献立カレンダー



令和2年8月
射水市子育て支援課
第三あおい幼稚園

月	火	水	木	金	土
8/31 ●お誕生会@きときとの日	日付	【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手づくりおやつの日です。 ・◎印は「射水きときとの日」です。 18日(火)の食材は、小松菜です。 28日(金)の食材は、枝豆です。			1
牛乳 たべっ子動物 枝豆ごはん 魚の西京みそかけ きゅうりの酢の物 にら玉汁 幼児りんご・豆乳ウエハース	午前おやつ (3歳未満児) (全児) 昼食献立 (全児) 午後おやつ				幼児牛乳 (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きレアチーズ(いちご) ゼリー・幼児牛乳 きになる野菜(白ぶどう&ほうれん草)・お菓子
3 (卵・乳・小麦なし)	4	5	6	7	8
(ごはん) 牛乳 花花せんべい 白身魚の南蛮漬け ミニトマト キャベツと油揚げのみそ汁 豆びよ(いちご)・KCサクッとあられ	(ごはん) 牛乳 きなこ餅 えびフライ スパゲッティサラダ オクラスープ いちごアイス	(ごはん) 牛乳 シガーフライ 鶏肉の香味焼き ほうれん草のおひたし 豆腐のみそ汁 牛乳・チョイス	(ごはん) 牛乳 りんご缶 さけの塩焼き 粉ふき芋(青のり) 具だくさん汁 牛乳・☆みたらし団子(未:星たべよ)	(ごはん) 牛乳 ココアウエハース 焼きそば ポイルウィンナー レタスとパインのサラダ ☆プリン	幼児牛乳 ハイハイ (パン) おさかなのウィンナー キャンデーチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児りんご・お菓子
10	11	12	13	14	15
 山の日	(ごはん) 幼児牛乳 お菓子 オムレツ 茹でブロッコリー コンソメスープ 幼児りんご・お菓子	(ごはん) 牛乳 お菓子 ハンバーグ スティックきゅうり じゃがいもの味噌汁 オレンジジュース・お菓子	(パン) 幼児りんご お菓子 魚肉ソーセージ キャンディーチーズ ゼリー・幼児牛乳 幼児ぶどう・お菓子	(パン) 幼児牛乳 お菓子 おさかなのウィンナー ピピピチーズ ゼリー・幼児牛乳 野菜ジュース・お菓子	幼児牛乳 ちんちんせんべい (パン) 魚肉ソーセージ 型抜きチーズ もものゼリー・幼児牛乳 オレンジジュース・お菓子
17	18 ◎きときとの日	19	20	21	22
(ごはん) 牛乳 カルシウムせん さんまの煮つけ 切干大根と青菜のおひたし 油揚げと玉ねぎのみそ汁 牛乳・☆ジャムサンド	(ごはん) 牛乳 動物四十七士 かぼちゃコロッケ 小松菜とツナのごまマヨサラダ 豆腐となめこのみそ汁 牛乳・まがりせんべい	(ごはん) 牛乳 味しらべ 厚揚げとなすの味噌炒め カリコリ漬け かに玉スープ 幼児牛乳・源氏パイ	(ごはん) 牛乳 パナナ 魚の竜田揚げ 三色和え 麩とえのきのみそ汁 牛乳・☆マカロニアべかわ	(ごはん) 牛乳 たまごせんべい チキンロール ジャコと千切り野菜のサワー漬け 春雨スープ ☆ヨーグルトあえ	幼児牛乳 お子様せんべい (パン) おさかなのウィンナー キャンディチーズ ゼリー・幼児牛乳 こども充実野菜・お菓子
24 (卵・乳・小麦なし)	25	26	27	28	29
(ごはん) 牛乳 かんぱれ野菜家族 チキンとポテトの揚げ煮 小松菜のみそ汁 りんごゼリー	(ごはん) 牛乳 セサミハーベスト 八宝菜 もやしナムル 型抜きチーズ ☆サワーミルク・ハッピーターン	(ごはん) コーンフレークの牛乳かけ ちくわのカレー揚げ かぼちゃサラダ わかめスープ 梨	(ごはん) 牛乳 アンパンマンソフトせんべい 豚肉の生姜炒め ブロッコリーのおかか和え キャベツのみそ汁 ☆カルピスフルーツ	(ごはん) 牛乳 たべっ子BABY サッポロラーメン 春巻 トマト 牛乳・ばかうけ(ごま揚げ)	幼児牛乳 ちんちんソフトせんべい (パン) 魚肉ソーセージ ゼリー バナナ・幼児牛乳 野菜&フルーツ・お菓子
きになる野菜(アスパラ&わかめ)・ごめ餅くん(未:赤ちゃんせんべい)					

暑い夏は大人でも体力を奪われてしまいます。体力や免疫力がまだ十分でない子どもにとっては、暑い夏を乗り切ることが大変です。夏バテをしないためには規則正しい生活と、栄養のバランスのとれた食事が大切です。今月は夏を元気に過ごすための食事のポイントを紹介します。

～夏の元気は食事から～



☆食事は量より質を考えてとりましょう。

食欲がなくても「1日3回」を食べられるように、胃に負担がかからない消化の良いものをバランスよく、多種類の食品をとりましょう。暑くなると汗と一緒にビタミン類も流れてしまうので、緑黄色野菜はおすすめです。

☆ビタミンB1を補給しましょう。

不足すると体内に摂取された栄養をエネルギーに変換できなくなります。ビタミンB1を多く含む食品を積極的にとりましょう。
 ≪ビタミンB1豊富な食品≫豚肉・大豆・玄米・ごま・ほうれん草・うなぎなど

☆クエン酸は疲労回復に役立ちます。

クエン酸は疲労の原因となる乳酸を排出する機能があるので、積極的にとりましょう。
 ≪クエン酸豊富な食品≫レモン・オレンジ・グレープフルーツ・梅干しなど

☆規則正しい生活をしましょう。

規則正しい生活と適度な運動を心がけ、生活のリズムを保つようにしましょう。また、睡眠は十分にとり疲れをため込まないようにしましょう。

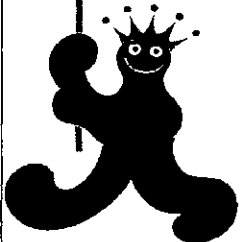
上手な水分補給のポイント

- ①汗をかく前後に飲もう！
- ②一度にたくさん飲まない。
1回の目安はコップ半分～1杯。
- ③ジュースでなく、お茶や水で！
スポーツ飲料は大量に汗をかいた時、体調が悪いときなどに適しています。



射水きときとの日

今月の食材：枝豆



枝豆は夏が旬の豆類であり、枝付きのまま扱われることが多かったために「枝豆」と呼ばれるようになりました。豆と野菜の両方の栄養的特徴をもった緑黄色野菜です。栄養価が高く、ビタミンB1・カリウム・食物繊維・鉄分などが豊富です。ただし、あまり消化がよくないので、よく噛んで食べ過ぎには注意しましょう。

【クイズ】枝豆に生えているうぶ毛にはどんな意味があるか？

- ①暑さ対策のため ②水をはじく ③虫から身を守る

※答えは下にあります

～ 今月のレシピ 『枝豆ごはん』 ～



●材料

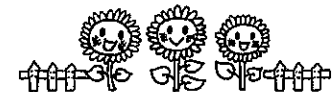
- ・精白米 60g
- ・むき枝豆 10g
- ・さざなみ昆布 0.5g
- ・食塩 適量

枝豆を茹でるとき のワンポイント！

★枝豆の両端を切り落とすと中まで塩が入って美味しくなります。

●作り方

- ① ご飯を炊きます。(お好みにもよりますが、いつもより少しだけ水を少なめに炊きます。)
- ② 枝豆は塩茹でします。(さや付きの場合は、茹であがったらさやから出します。)
- ③ さざなみ昆布をキッチンバサミで軽く切ります。
- ④ 炊きあがったごはん、②の枝豆を入れ、味を調整しながら、③のさざなみ昆布を加えて混ぜ合わせて完成です。味が薄いときは、食塩で調整してください。



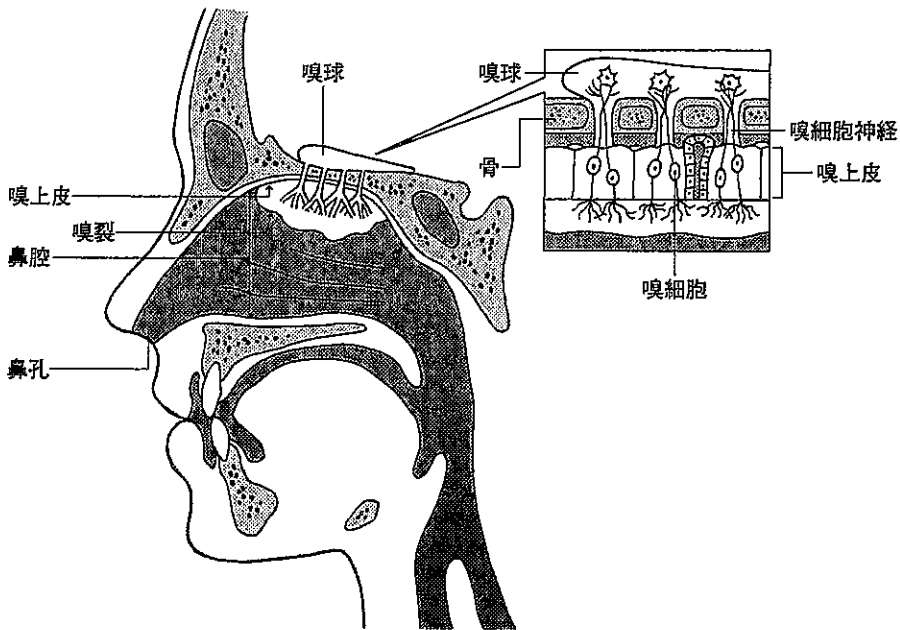
【答えは③】枝豆は糖度が高い為、虫に狙われやすいので身を守る為にうぶ毛が生えています。

8月7日は
鼻の日

鼻の仕組みと役割

鼻は呼吸の出入り口であり、また、においをかぐ感覚器でもあります。

鼻腔の天井には、においを感じる嗅細胞があります。この嗅細胞にとらえられたにおいの分子は、電気的な信号にかわり、嗅神経の神経線維を通して嗅球に伝わり、さらに大脳へ伝わります。そして、においを感じとります。



鼻の奥にある嗅細胞は約30日で、すべて新しくなる

脳の神経細胞や心筋細胞は、一生ほぼ同一の細胞であるのに対し、嗅細胞は約30日ですべて新しいものに入れかわるそうです。また、味細胞は約10日、消化管の上皮細胞は24時間で入れかわるといわれています。体の外から物質を取り込む役割のある細胞は、比較的短いサイクルで入れかわっているといえます。

鼻の役割

■においをかぐ

人は約400種類の嗅覚受容体を持ち、その組み合わせでたくさんのにおいを認識しています。犬は約800種類、アフリカゾウでは約2000種類もあります。ほかの哺乳類にくらべると、人においの機能は限定的といえます。人が感じられるにおいには、食べ物や植物のにおいなどのほかに、体に危険を知らせるにおい（腐敗臭など）があります。

■呼吸をする

動物は鼻呼吸が基本です。鼻には空気を温めたり、加湿したり、ほこりなどを取り除いたりする機能があり、空気を体に適した状態にしてくれます。鼻づまりやくせなどで口呼吸になる時がありますが、口呼吸は本来不自然な呼吸法なのです。

🍀 こんな症状がある時は注意を 🍀

👉 口で息をしている



鼻づまりなどがあり、鼻呼吸ができずに、常に口呼吸をしている場合。

疑われる病気

- ・慢性副鼻腔炎
- ・アレルギー性鼻炎
- ・急性副鼻腔炎
- ・アデノイド

👉 くしゃみを連発する



かぜのひき始めや、アレルギー性鼻炎などが原因で起こります。また、鼻に入った異物によって出ることもあります。

疑われる病気

- ・急性副鼻腔炎
- ・アレルギー性鼻炎

👉 鼻をよくこする、鼻の周りが荒れている



鼻をいじる、鼻をよくかく、指を入れるなどの癖がある場合、鼻に何らかの症状があることが考えられます。

疑われる病気

- ・アレルギー性鼻炎
- ・鼻腔異物

👉 においを感じない



嗅覚の低下は子どもの場合、多くは自覚がなく、成長すると自覚したり、周囲が気づいたりすることがあります。

疑われる病気

- ・アレルギー性鼻炎
- ・急性副鼻腔炎
- ・嗅覚障害

👉 鼻漏(鼻水)が止まらない



かぜやアレルギーによるものが多く、外気温の変化で出る場合もあり、まれに異物が入っていることもあります。

疑われる病気

- ・慢性副鼻腔炎
- ・アレルギー性鼻炎
- ・急性副鼻腔炎
- ・鼻腔異物

👉 鼻血が止まらない、頻繁に出る



鼻をいじると鼻血が出やすくなります。鼻血が止まらないうことから血液の病気が見つかるともことがあります。

疑われる病気

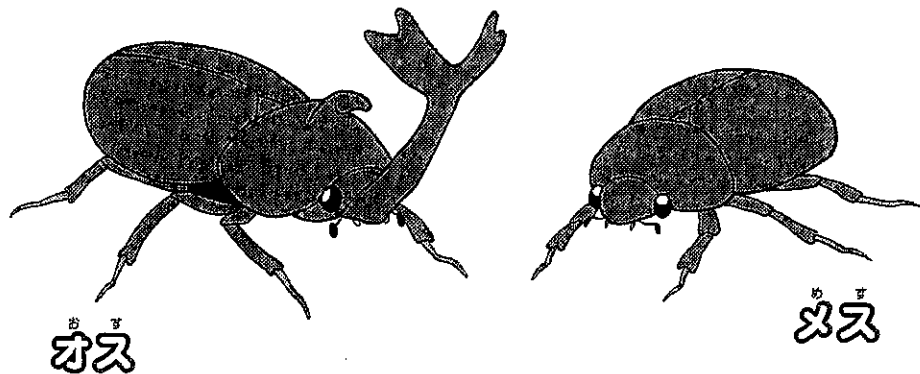
- ・アレルギー性鼻炎
- ・血液疾患（血友病、白血病など）

わくわくはっけんニュース

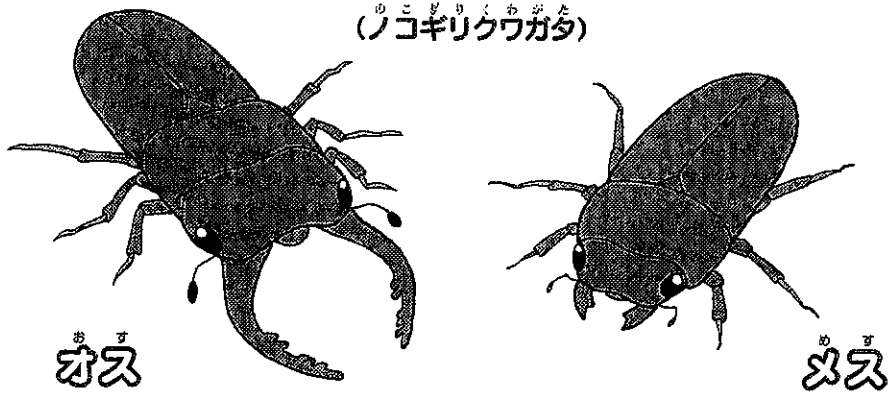
カブトムシとクワガタムシをくらべよう

カブトムシとクワガタムシは、きのじゅえきをなめにあつまるむしのだいひょうせんしゅだよ。どこがにているかな。どこがちがうかな。くらべてみよう。

カブトムシ

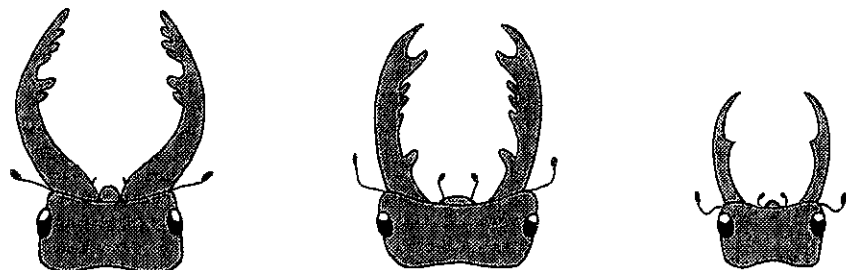


クワガタムシ
(ノコギリクワガタ)



いろはにているけれど、カブトムシのほうがおおきいよ。カブトムシのオスにはツノ、クワガタムシのオスにはおおきなあごがあるよ。

なかまが おおい クワガタムシ



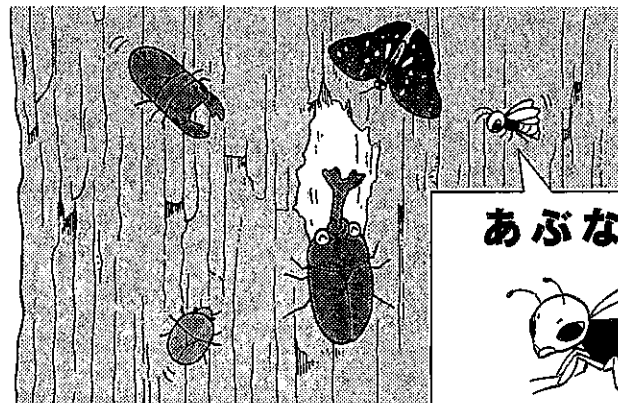
ノコギリクワガタ

ミヤマクワガタ

コクワガタ

しゅるいによってあごのかたちやおおきさがちがうよ。ずかんでしらべてみよう。

いろいろなむしが、きにあつまってくるよ!



あぶないよ!



スズメバチ

どんなむしがあつまってくるのかな。しらべてみよう。

保護者の方へ

カブトムシとクワガタムシは、夏、子どもたちが捕まえたり、飼育したりする昆虫の代表ですね。体色が似ており、成虫が樹液を求めてクヌギなどの木に集まってくるので同じ科の昆虫と思われがちですが、カブトムシがコガネムシ科なのに対してクワガタムシはクワガタムシ科で科が異なります。そのため、角や顎、体全体の大きさ、幼虫の生態、寿命など、異なる部分も多くあります。

子どもたちと一緒に図鑑で調べたり実際に観察したりして、似ているところ、違っているところを見つけてみてください。

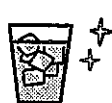
たのしくたべようニュース

冷たいおやつを食べすぎに 注意しましょう

暑い夏は、冷たいおやつを食べたくなりますが、食べすぎるとどうなるのでしょうか。

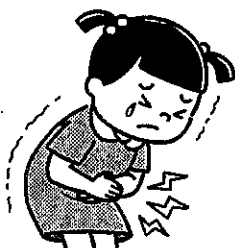


冷たいおやつを食べすぎると



腹痛や下痢の原因になる

食事に対する食欲の低下



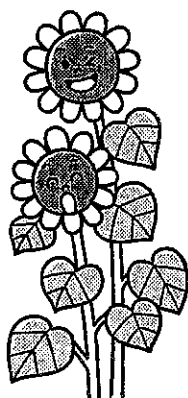
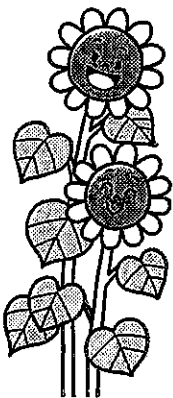
体を冷やしすぎてしまうと、胃腸も冷えてしまいます。胃腸が冷えると腸の動きや消化酵素の低下が起こって消化不良となり、腹痛や下痢などを引き起こします。



冷たいアイスやジュースには、糖分がたくさん含まれています。糖分を多量にとると、血糖が高く維持されて空腹を感じにくくなります。糖質に偏った栄養バランスのくずれた食事をしていると、夏ばての原因になります。

夏のすごし方のポイント

- ①冷たいおやつを食べすぎないようにしましょう。
- ②水やお茶などの糖分の少ない水分を多く摂取しましょう。
- ③夜に冷房でおなか冷えないように、布団かタオルケットを必ずかけましょう。
- ④栄養バランスのよい食事を心がけましょう。
- ⑤朝ごはんを食べましょう。
- ⑥夜ふかしをせず、早寝早起きを心がけましょう。
- ⑦適度な運動をして腸の動きを促しましょう。

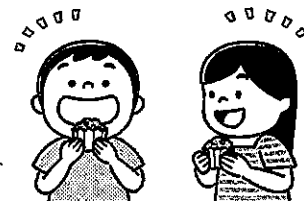


知っておきたい！ おやつのこと

幼児は、消化器官の機能が未熟で、胃の容量が少ないため、3回の食事だけでは、必要なエネルギーや栄養素を満たすことができません。そのため、間食（おやつ）は、食事の一部として考える必要があります。

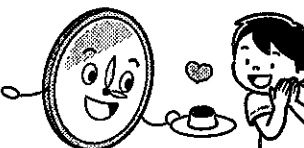
①間食（おやつ）の適量は？

運動量や体格の個人差もありますが、間食（おやつ）の適量は、1～2歳児は約100～150kcalを、3～5歳児は、約200～260kcalを目安にします。例えば、牛乳150mLやバナナ1本は約100kcalです。



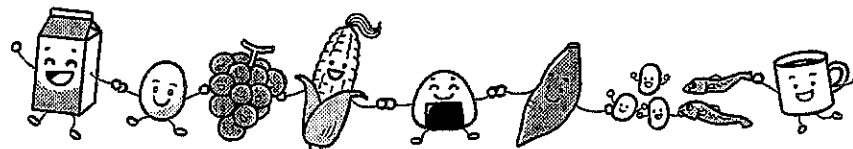
②間食（おやつ）をあげる回数は？

1～2歳児は1日2回、3～5歳児は1日1回を目安にして、時間を決めて与えます。時間を決めることで、生活リズムをととのえることにもつながり、空腹と満腹の感覚を覚えることができます。



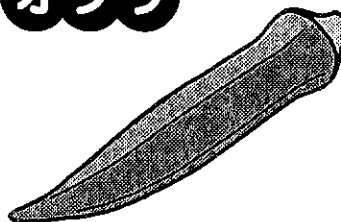
③おすすめの間食（おやつ）の内容は？

間食（おやつ）の内容は、牛乳・乳製品、卵、果物、野菜、穀類、いも類、豆類、小魚類などの自然の味を生かしたものが望ましいといわれています。市販品は、薄味で脂肪の少ないものを選ぶとよいでしょう。水分の補給も大切です。



おいしい旬の食べ物

オクラ



オクラのネバネバは食物繊維

オクラのネバネバは、ペクチンなどの食物繊維です。食物繊維は腸内を掃除して、有害物質を外に出す働きがあります。調理の際は、塩をまぶして板ずりをして産毛を取ると、口当たりがよくなります。生のままサラダにしたり、カレーの材料にしたり、細かく刻んで納豆と混ぜたり、いろいろな料理で食べてみませんか。

あんぜんだより

監修 全国学校安全教育研究会 東京都江東区立大島幼稚園 園長 村田有美子先生

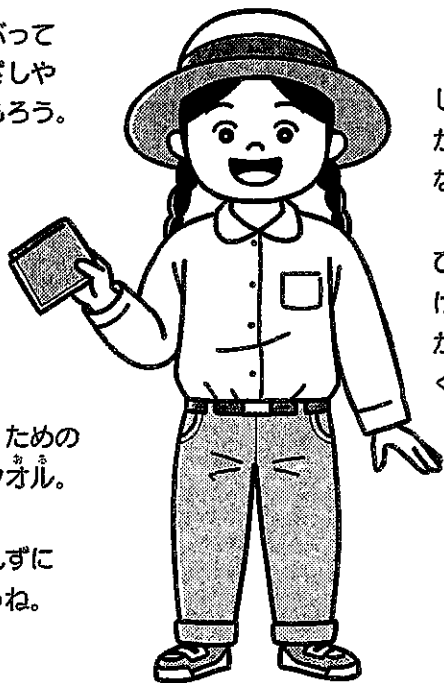


熱中症に気をつけて 夏を元気に過ごしましょう

暑い夏が来ました。冷房の効いた涼しい屋内で過ごせばかりでは、子どもたちの心と体の健康によくありません。また、冷房病や運動不足にもなってしまいます。野山や公園に外出する時に大切な熱中症の予防策を身につけて、夏を元気に過ごしましょう。

ひざしを ふせぐ なつの ふくそう

ぼうしを かぶって
あたまを ひざしや
けがから まもろう。



しろっほい いろの
かぜとおしの よい
ながそで・ながズボン。

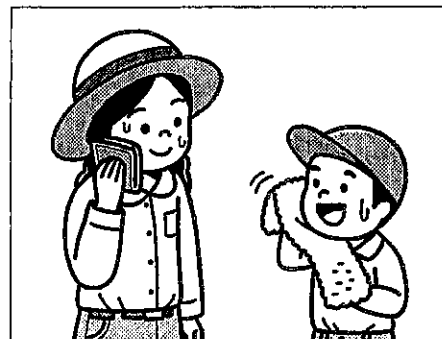
ひざしや むしさされ
けがから みんなの
からだを まもって
くれるよ。

あせを ふく ための
ハンカチや タオル。

いつも わすれずに
もって しようね。

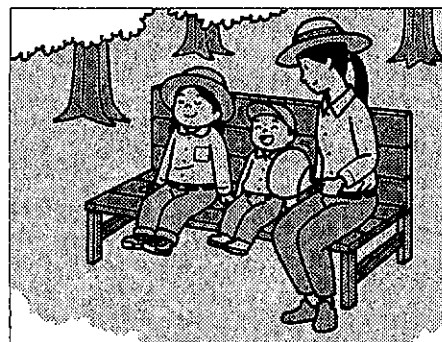
保護者の方へ 夏の外出時の服装では必ず帽子をかぶることが大切です。厳しい日差しや転倒時のけがから頭を守ります。また、日焼けや虫刺されから身を守るためには、白っぽい色で通気性が高い素材の長袖・長ズボンも有効ですが、体に熱がこもり過ぎると熱中症の危険がありますので、場所により半袖・長袖を上手に使い分けましょう。

ねっちゅうしょうに きを つけよう



あせは たいおんを
ちょうせつ する
ために かくんだよ。
あせを かいたら
こまめに ふこうね。

のどが かわいたと
かんじる まえに
みずや むぎちやを
こまめに のんで
すいぶん ほきゅう。



かぜとおしの よい
ひかげや すずしい
ところで こまめに
きゅうけいをして
あそぼうね。

保護者の方へ 私たちは暑い時に汗をかくことで体温を下げます。汗をかくのが嫌だからと、冷房の効いた室内などで過ごし続けていては、汗をかきにくい体になり、熱中症の危険が高まります。しかし、暑さに負けない体をつくるため屋外遊びをしても汗のもととなる体内の水分が不足してしまったなら、それもまた、熱中症の原因となります。夏の屋外遊びでは、こまめに風通しの良い日陰で休憩する時間を取り、のどが潤いたと感じる前に水分を補給するようにしましょう。



9月号では、「地震が起きた時に身を守る体勢」について取り上げます。

みんな なかよし げんき いっぱい あおいっ子

1歳児ひよこ組

8月は…

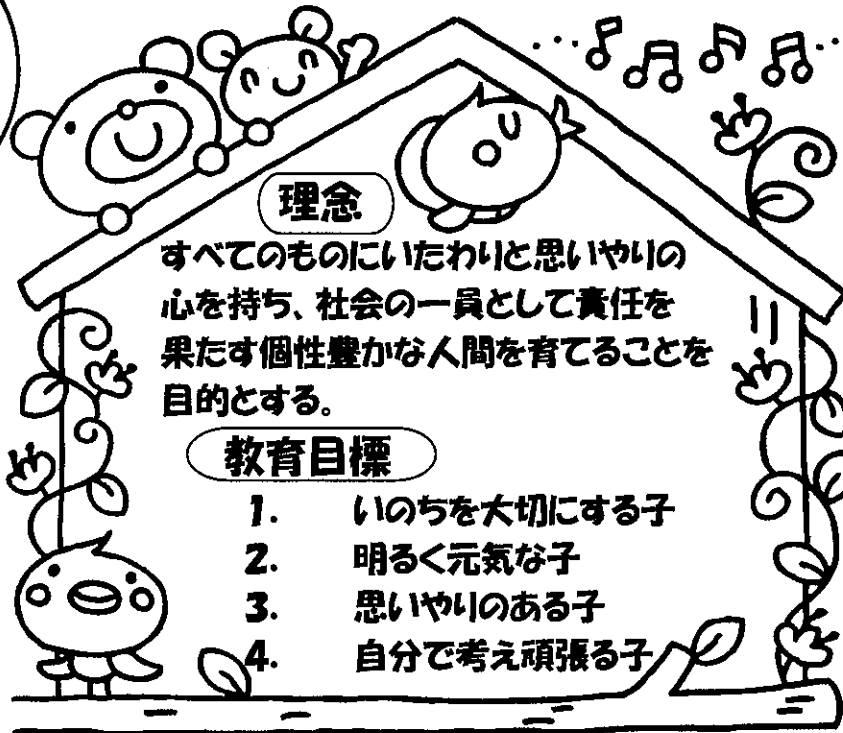
- ・水や砂、絵の具などの感触を味わい、夏のおそびを楽しもう！
- ・食事・水分・睡眠を十分にとり、健康的に過ごそう！
- ♪てあそび
- ・さかなかはねて
- ・三ツ矢サイダー

2歳児うさぎ組

8月は…

- ・保育者や友達と一緒に、夏の遊びを十分に楽しもう！
- ・一人一人の健康に留意し、暑い夏を快適に過ごそう！
- ♪てあそび
- ・やさいのうた・さかなかはねて

元気いっぱい
遊ぼうね！



理念

すべてのものにいたわりと思いやりの心を持ち、社会の一員として責任を果たす個性豊かな人間を育てることを目的とする。

教育目標

1. いのちを大切にする子
2. 明るく元気な子
3. 思いやりのある子
4. 自分で考え頑張る子

8月は… 3歳児つつじ組

- ・水遊びやプール遊びなど、夏ならではの遊びを楽しもう！
- ・衣服や水着の着脱や始末など、自分のことは自分でしよう！

♪歌ってみよう
・みずあそび ・うみ
・しゃぼん玉

5歳児あじさい組

8月は…

- ・水分補給や汗の始末などを自分でを行い、健康に過ごそう！
- ・夏の自然現象や動植物に親しみを持ってかわわり、そのおもしろさや不思議さ、美しさに興味・関心を持とう！
- ♪歌ってみよう
- ・おぼけなんてないさ
- ・アイスクリームのうた

4歳児こすもす組

8月は…

- ・異年齢の友達と関わり合いながら、好きな遊びを一緒に楽しもう！
- ・夏の生活の中で、汗を拭いたり、水分補給をしたり健康に過ごせるようにしよう！
- ♪歌ってみよう
- ・うみ ・とんでったバト十



ひよこ組

誕生日のお友だちは誰もいません。みんな2歳になったよ～♪

たくさん夏の遊びを楽しむぞ～！と思っていたのに…。

今年は7月に入り、雨・雨・雨…。「お外行きたいね～」と外を眺める子ども達の後ろ姿は残念そう。でも、子ども達はそんな梅雨空も忘れてしまうくらい元気いっぱいです！室内では、すべり台やトランポリン、大型積み木を使ってサーキット遊びで思いっきり身体を動かして遊びました！新聞遊びやおおかみさんごっこも楽しかったね♪「いっしょ！」「こっち！」「か～わって！」「タ～メ～よ」（あれれ…笑）など、言葉のやりとりも見られるようになり、友達同士のかかわりも増えてきました！「友達と一緒に楽しいな～」の気持ちを大切にしながら、夏の遊びをいっぱい楽しもうね～！

おぼけだぞ～！

紙芝居や絵本に出てくるおぼけがちよっぴい怖い…でも、見たい！子ども達。お部屋に現れたおぼけにも興味津々！仲間を増やそうとヤクルトの容器にスポンジをつけて、絵の具遊びをしながら、作ってみました。机にはみ出しながらも、のびのびと楽しんでいましたよ♪
壁面にも天井にも、かわい
いおぼけがユラユラ～★

★おねがい★

・登園時は、必ず検温と水遊びの〇×記入をお願いします。（記入漏れがある場合は、水遊びができません。）
・体調の変化が起こりやすく、また、感染症が流行しやすい季節です。健康状態に留意しながら過ごしましょう！いつもと違うと感じたら、その旨をお知らせください。

うさぎ組

8月生まれのお友達は誰もいません。

うさぎ組になり早4ヵ月…。初めはお家の方と離れるときに不安な表情や涙を見せていたお友達や、好きな遊びを見つけて、ひとり遊びを楽しんでいた子どもたち。今ではすっかり幼稚園にも慣れて、お友だちに「おはよう！」と挨拶をする姿や、「〇〇くん一緒に遊ぼう！」「△△ちゃんこれ貸して！」とお友だちの名前を呼びあう姿も見られるようになりました。お友だちが遊んでいる様子を見て、『楽しそう♡やってみたい♡』という気持ちが芽生え、一緒に遊ぶ姿がみられるようになり、とても嬉しく感じています。これからも、もっともっとお友だちと一緒に遊ぶ楽しさを味わい、仲良く楽しく過ごしていけるといいな～と思っています！

まだまだ雨の日が続く、涼しい日が続いていますが、梅雨が明ければいよいよ夏本番です☆体調管理に十分気を付けながら、子どもたちが大好きな水遊びやどろんこ遊びを、思いっきり遊びたいと思います！8月も健康で元気いっぱい過ごしましょうね～（*^o^*）

あ～した天気にな～あれ♡

雨の日が続いていて、大好きなお外で遊べなくてうずうず…。「早く晴れてほしいな～」のつぶやきから、てるてる坊主を作ることになりました！広告を丸くくしゃくしゃに丸めるといろんな形、大きさの顔ができて楽しくて笑いが止まらない子ども達…。楽しみながら製作しました☆そして次の日の朝…みんなの願いが届いたようで天気は晴れ♡「晴れたー！お外行こー！」とおもいっきり水あそびを楽しむことができました☆

新聞遊びたのしいな～♪



これからも、もっともっと楽しいこと見つけて遊ぼうね～♡

8月はウキウキなつまつりがあるよ☆
たのしみだねー♡

新聞の雪が降ってきて大盛り上がり♡



つっじ組

8月生まれのおともだち

おたんじょうびおめでとう

1学期もあと少しとなりました！いよいよ8月のスタートです♪

天気恵まれな7月でしたが、子ども達はいつも元気いっぱい！雨上がりの園庭で虫探しをしたりどろんこ遊びをしたり、ブランコや滑り台をしたり。一人ひとりが好きな遊びを見つけることが出来るようになってきました。お兄さん・お姉さんのしている遊びを見て、リレーごっこをする姿も見られましたよ😊
日々いろいろなことを感じ、吸収して成長しているつっじ組さんです。これからの成長が楽しみです♥8月も楽しいこと面白いことを見つけ、いろいろなことに挑戦しようね〜♪



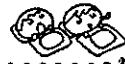
ウキウキなつまつりがあるよ〜！

楽しい夏の思い出を作りましょう！縁日ごっこ『ウキウキなつまつり』が8月6日(木)にありますよ〜☆園内のゲームコーナーを子ども達と一緒にまわって楽しいゲームに挑戦したいと思えます♥全部のゲームをクリアするといことがあるかも・・・😊9時スタートの予定です！
必ず9時までに登園して下さいね〜。
是非、お楽しみに☆



★お知らせ★

◎年少の午睡は、
8月28日(金)までです。8月31日(月)のからは午睡なしの為に布団はいりません。
よろしくお願ひします。



つっじ組さんの人気絵本〜♪

つっじ組さんの人気絵本を紹介します〜！お休みの間に親子で読んでみてはどうでしょうか？
☆ばけけけけけけけ ばけたくん
くいしんぼうおばけ『ばけたくん』が食べ物を食べて変身しちゃおうお話です。ばけたくんが変身するたびにいつも大爆笑です
シリーズもたくさんあってどれも面白いですよ〜。



プール遊び・水遊びだ〜いすき！

「早くプール入りたいな〜」と待ちに待ったプール遊び。リニューアルしたプールはとっても気持ちいい〜♪「きゃ〜きもちいい〜！」「楽しい！」とワニさん歩きをしたり、ボール集めゲームをしたり、水の掛け合いっこをしたり大盛り上がりでした😊
水遊びではシャボン玉コーナーと水鉄砲コーナーが人気です♪



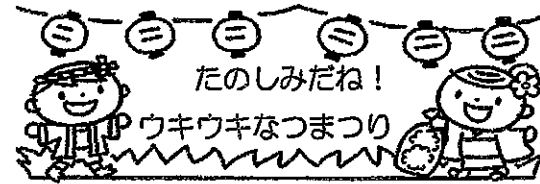
梅雨明けが楽しみです♥



こすもす組

お誕生日おめでとう！

こすもす組がスタートして、あっという間に2ヵ月が過ぎました。とにかくこすもす組の子どもたちはみ〜んなとっても元気!!7月に入り、楽しみにしていたプール遊びもなかなか天候に恵まれず、『プールに入れるようになったら自分たちの作った舟を浮かべたいね!』『魚を浮かべるのもいいね〜!』等と思いを膨らませながら晴れの日を心待ちにしていました。そして、念願の舟を水に浮かべて競争したり、手作りの魚を捕まえたりしてとってもおおはしゃぎ!!大きな歓声と笑顔が見られました〜!!😊また色々な遊びを広げて行きたいです。



たのしみだね!

ウキウキなつまつり

こすもす組の子どもたちは、『ウキウキなつまつり』をとっても楽しみにしています。「お面やさんがあったら、いいんじゃない!」「かき氷やさんもいいね〜!!」等と、ウキウキ・ワクワク部屋の中を、お祭り気分飾り付けて益々テンションが上がっています。
当日はいっぱい楽しもうね!!

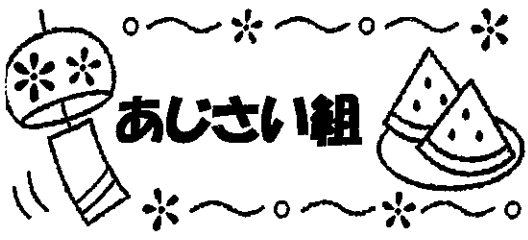


ポストにポン!

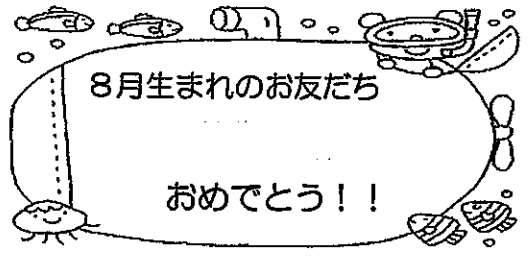
子どもたちの間でお手紙のやり取りが見られ、絵を描いたり、ひらがなを書いてみたりして、お友だちとのかわりを楽しんでいますよ!

★おねがい★

環境整備の為に、汚れたものなどを入れる袋(アイラップなど)を1箱ご寄付下さい。よろしくお願いいたします。



あじさい組



8月生まれのお友だち

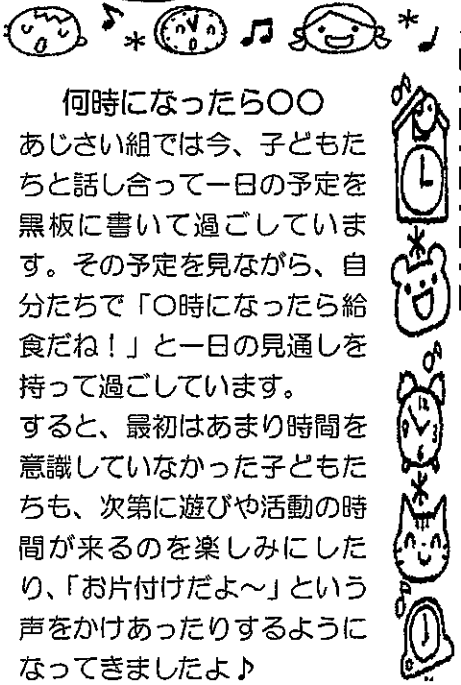
おめでとう!!

あじさい組 7月のものがたり~♪

7月になりプールでの水遊びを楽しみにしていた子どもたち。しかし今年はなかなか梅雨が明けずプールに入ることが出来ませんね。お部屋の中で「みずあそび」という歌をうたいながら、水鉄砲で水をかける真似をして、「はやく本物をつかいたいね〜」とつぶやいています。天気の良い日に思いっきり遊ぼうね!!

さて、8月6日(木)には幼稚園で「ウキウキ なつまつり」があります。この日は各クラスにあるゲームコーナーをスタンプラリーのようにまわって楽しみます!! みんなで色々準備中です♪あじさい組では夏祭りのイメージが持てるよう、絵本「えんにち」を読み聞かせしました。この絵本は少し変わっていてなんと、文字がないのです!? 屋台が並んでいる縁日の様子を見て子どもたちは

「この人はこんな風に言ってるんじゃない?」「このお店ではこう言ってるよ」などそれぞれにイメージしています。子どもたちの想像力を豊かにしてくれる絵本です。幼稚園での夏祭り、思いっきり楽しもうね! ゲームで景品をゲットしよう!



何時になったら〇〇

あじさい組では今、子どもたちと話し合っって一日の予定を黒板に書いて過ごしています。その予定を見ながら、自分たちで「〇時になったら給食だね!」と一日の見通しを持って過ごしています。すると、最初はあまり時間を意識していなかった子どもたちも、次第に遊びや活動の時間が来るのを楽しみにしたり、「お片付けだよ〜」という声をかけあったりするようになってきましたよ!

おいしかったよ☆

園で育てている枝豆やジャングルトマトを収穫して、おいしくいただきました♪お世話をしたり、観察したりしていたので大きくなってきたときはとっても嬉しかったようです♡ トマトが苦手な子も食べていましたよ☆また大きくなったら収穫して食べようね。



~おねがい~

- ◎1学期末に、絵の具セットをお持ち帰りします。中をご確認いただいて足りない色は単品でも注文可能ですのでお知らせください。
- ◎汚れたものなどをいれるための袋(アイラップなど)を1箱ご寄付ください。

