



令和5年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子



☆未満児とは1・2歳児クラス、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	2 夏期保育 防犯訓練 避難訓練 1号認定 午前保育	3 夏期保育 あおいっ子 夏まつり 1号認定 午前保育	4	5	6
7	8	9	10	11 山の日 子育てフェス ティバルinいみず 年長児参加	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25 特別保育 申込締切日	26	27
28	29 夏期保育 発育測定 交通安全指導 1号認定午前保育 スナップ写真販売	30 夏期保育 誕生会 1号認定 午前保育	31 (スナップ販売 期間 8/29~ 9/5まで (年長児園外活動))	【今後の予定】 9/1 始業式(1号認定午前保育) 9/23 旧北陸道アートin小杉(年長児参加) 9/30 運動会(かな・さくら・すみれ・きく)		



8/2、3、29、30 夏期保育(1号認定午前保育)



夏期保育期間、以上児さんは体操服登降園となります。

夏期保育期間スクールバスは通常通り運行しますが、午前保育での運行となります。降園時の園出発時間は11:20分です。

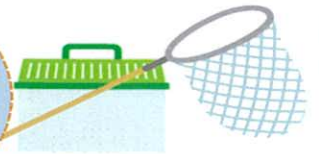
2日に通園カバンを必ず持たせてください。(※3日開催、あおいっ子夏まつりのお土産を持ち帰ります)

おねがい

午前保育の降園時間は、全学年バス出発後の11:20分過ぎです。バス出発後に玄関までお迎えをお願いします。お迎え後は安全に留意し速やかに降園していただきますよう、ご協力をお願いいたします。



8/2、29の夏期保育に持ってきてください！
(かな組・さくら組・すみれ組・きく組)



ビーチサンダル・プールカバン(水着)

※以上児さんの2日、29日の水遊びの有無については「ゆめねっと」でお知らせください！

下記の期間、ヒロシフォトさん撮影分の年長児園外活動の写真販売を行います。どうぞご覧ください。

8/29(火)～9/5(火)まで



お知らせ

8月11日(金)に救急薬品市民交流プラザにて“子育てフェスティバルinいみず”が開催され、年長きく組さんがオープニングを飾ります。みんなで楽しむコンサートやワークショップもあり、どなたでも参加していただけるイベントです。お子さんと一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか♪

おねがい

先日「雑巾用タオル」を配布しました。『雑巾の作り方』のおたよりをご覧ください。ご家庭で作成をお願いします。作り方の見本は幼稚園玄関にありますのでご覧ください。雑巾は2学期始業式(9/1)に持たせてください。(無記名でお願いします)全学年園庭用の運動靴(普段履いている靴)の準備をお願いします。9月より使用します。



おうちで やってみよう！



たんぽぽぐみ

- 水遊びを通して、水の冷たさや心地よさを感じよう！
- 安定した生活リズムの中で、ゆったり元気に過ごそう。

かなぐみ

- 暑さに負けず、元気に過ごそう！
- お家の人に見守りながら、正しい持ち方でスプーンやフォークを持ち食べてみよう！

さくらぐみ

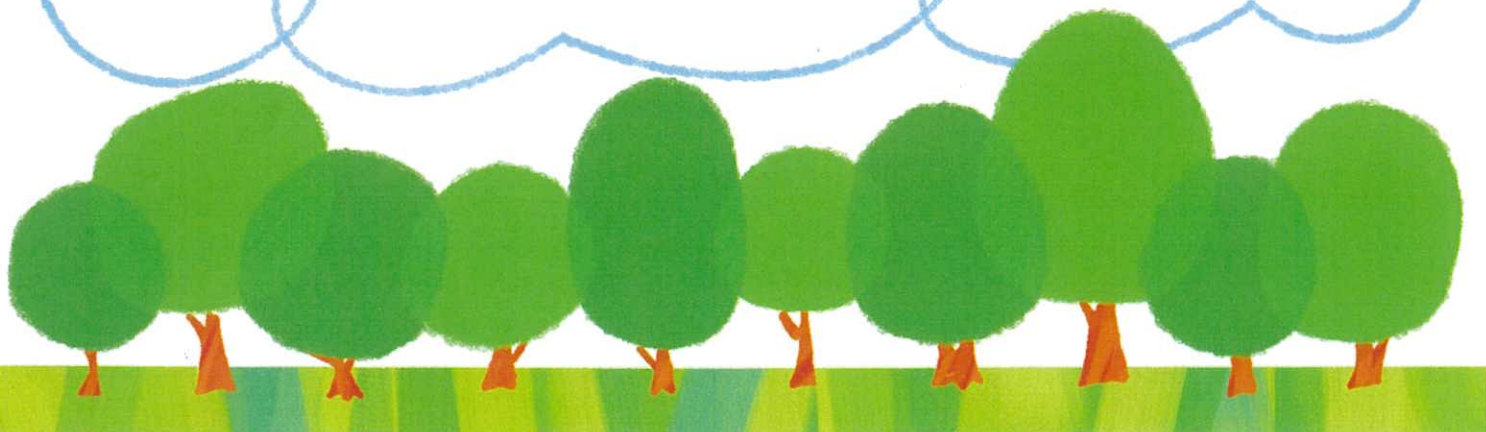
- 自分のことは自分でやってみよう。
(お着替えやトイレ、食べたお皿のお片付け…できるかな?)
- 挨拶(おはよう、いただきます等)を進んでしよう。

すみれぐみ

- 好き嫌いせずに、何でも食べて暑い夏をのりきろう。
- 自分でできることは、すすんでやってみよう。(着替えや遊んだ後の片づけはできているかな?)

きくぐみ

- あさがおに毎日水をあげ、大切にお世話しよう。
- お家のお手伝いをみつけて積極的にやってみよう。



8月生まれのおともだち おめでとう

❀たんぽぽ組❀

14日

28日

❀かな組❀

誰もいません

❀すみれ組❀

7日

22日

31日

❀さくら組❀

4日

7日

❀きく組❀

2日

3日

19日

24日

29日



鷹 寺 学 園 I N F O R M A T I O N

連日の暑さに、体力も気力も奪われてしまいそうですね。

子どもたちは、この暑さの中でも楽しいことを見つけるのに夢中です。

だからこそ私たち大人は、水分をとることや休憩をとることの大切さを伝える必要があります。

ご家庭でも、状況をよく見て子どもたちの体調をよく観察してください。

夏休み中は…

2・3号認定のお子さんは、家庭的なゆったりとした時間の流れの中で過ごします。

以上児は、異年齢のクラス編成です。

(預かり保育のお子さんも含みます)

預かり保育・延長保育では…

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。お子さんの状況をよくご覧の上ご利用ください。

挨拶の大切さ

- ・あいさつ (人と接する第一歩)
 - ・ありがとう (感謝する心)
 - ・ごめんなさい (反省する心)
- 大人も子どもも実践しましょう。

お約束の言葉に…

【どんな小さなことでも良いことは進んでしましよう。悪いことはすぐやめましよう。】という部分があります。「夏休み中も忘れないでね」というお話をしました。挨拶も含めて、できていたら、たくさんほめてあげてください。

◎幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿

その4「道徳性・規範意識の芽生え」
友達と様々な体験を重ねる中で、してよいことや悪いことが分かり、自分の行動を振り返ったり、友達の気持ちに共感したりし、相手の立場に立って行動するようになる。

また、きまりを守る必要性が分かり、自分の気持ちを調整し、友達と折り合いを付けながら、決まりを作ったり、守ったりするようになる。

道徳性・規範意識は、人が社会の一員として調和し、生活していく上で重要な資質・能力です。園生活では、①基本的な生活習慣 ②善悪の判断力③きまりを守る態度 ④思いやりの気持ち⑤生命尊重の心情の5つの要素が含まれた活動を意識しています。



(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)

◎給食費・保育料等納入金について

8月21日(月)を予定しています。





8月 献立カレンダー



毎月19日は 食育の日

令和5年8月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

月	火	水	木	金	土
日付	1 (卵・乳・小麦なし)	2	3	4	5
主食	バナナ (ごはん) 白身魚のかば焼き風 こまつた菜おいしい菜 えのきのみそ汁	牛乳・アンパンマンのペビーせんべい (ごはん) 焼き肉 ポイルキャベツ 春雨スープ	牛乳・マンナビスケット (ごはん) 魚のごまヨソース ぼてちっちサラダ なすと油揚げのみそ汁	牛乳・ビスコ (ごはん) スパゲティミートソース ポイルウインナー ブロッコリーのコーンサラダ	幼児牛乳・お菓子 (ごはん) おさかなのウインナー ピピピチーズ ゼリー 幼児牛乳
(全児) 午前おやつ	(3歳未満児)				
(全児) 午後おやつ	アンパンマンの焼肉りんごジュース・お楽しみスティックいちご	牛乳・揚一番	牛乳・たまねぎおかし	牛乳・まがりせんべい	オレンジジュース・お菓子
7	8 ◎きときとの日	9	10	11	12
コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) 白身魚の南蛮漬け スティックきゅうり わかめのスープ	牛乳・ソフトせんべい (ごはん) 鶏肉の照焼き 三色和え かぼちゃとしめじの豆乳みそスープ	牛乳・花花せんべい (ごはん) いかのかりん揚げ(未白身魚) 野菜のサワー漬け そうめんとなすのみそ汁	牛乳・ねじねじ (ごはん) 鮭の塩焼き もやしの和え物 じゃが芋のみそ汁	 山の日	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
牛乳・☆ブルーベリージャムサンド	牛乳・おととと	☆フルーツポンチ	牛乳・いちごクッキー		幼児りんご・お菓子
14	15	16	17	18 (卵・乳・小麦なし)	19
幼児牛乳・お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳	幼児牛乳・お菓子 (パン) 魚肉ソーセージ ピピピチーズ ゼリー 幼児牛乳	幼児牛乳・お菓子 (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	牛乳・ポテトとほうれん草のおせんべい (ごはん) ちくわの磯辺揚げ(未白身魚) きんぴらごぼう きのこ汁	幼児ぶどう・鉄塩せん (ごはん) 魚の竜田揚げ 酢の物 なめこのみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー 型抜きレアチーズ(いちご) ゼリー 幼児牛乳
オレンジジュース・お菓子	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子	豆びよ(バナナ)・お菓子	牛乳・ミルクビスケット	梨	野菜&フルーツ・お菓子
21	22	23	24	25	26
牛乳・シガーフライ (ごはん) あじフライ かぼちゃサラダ コンソメスープ	オレンジジュース・お子様せんべい (ごはん) 豚肉の生姜焼き おかか和え 大根のみそ汁	牛乳・きなこもち (ごはん) 卵とじ ごまじゃこサラダ ごぼうのみそ汁	牛乳・たべっ子BABY (ごはん) キャベツメンチカツ 切り干しナポリタン たまごスープ	牛乳・ココナッツサブレ (ごはん) 春巻き ハンサンスー 水菜のスープ	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
牛乳・マリービスケット	豆びよ(ココア)・ミニハート	豆乳アイスクリーム	☆ピーチムース	牛乳・ばかうけ青のり	幼児ぶどう・お菓子
28	29 ◎きときとの日	30 ●	31	【お知らせ】	
牛乳・やわらかおかし (ごはん) 魚のあんかけ きゅうりの即席漬け もやしみそ汁	牛乳・白い風船 (ごはん) 豚肉とキャベツの味噌炒め 茹でブロッコリー 貝だくさん汁	ヨーグルト 夏野菜カレーライス コーンコロケ 変わり和え ▲アップルフレッシュ▲	牛乳・ルヴァン (ごはん) 厚焼き卵 いんげんのごま和え 冬瓜汁 やさしいゼリー	<ul style="list-style-type: none"> ・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、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 ・8日(火)はかぼちゃ、29日(火)はにんにくです。 	
☆プリン	牛乳・おにぎりせんべい	幼児牛乳・ハッピーターン	アジドミルク・真豆せんべい(ぼんぼるソフトせんべい)		

※飲み物がない日はお茶が付きます



8月 食育だより



令和5年8月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

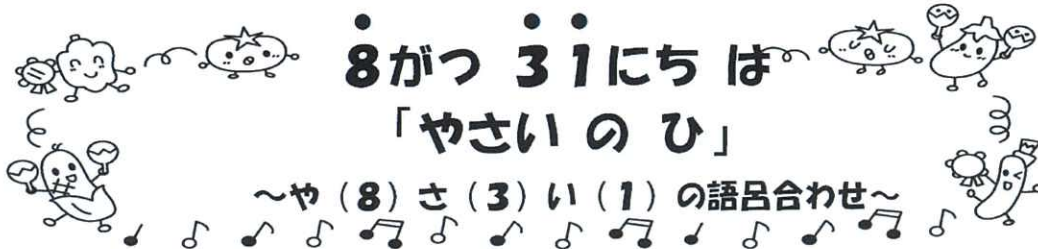
夏本番、厳しい暑さが続きます。夏野菜には水分やビタミンがたっぷり含まれており、体のほてりをおさえ、暑い季節には体調を整える効果があります。旬の野菜を味わって、元気に毎日を過ごしましょう。



やさしいには、ビタミンなどの栄養がエース級！ やさしいを食べてきびしいなつのあつさをのりきろう。

野菜に含まれる栄養素と働きについて紹介します。

栄養素の働き	主な野菜	栄養素の働き	主な野菜
ビタミンA 皮膚や粘膜の細胞を正常にする	モロヘイヤ、人参 ほうれん草、かぼちゃ	カリウム ナトリウムの排出を促進する	ほうれん草、小松菜、 にら、かぼちゃ、いも類
ビタミンC 血管、歯、結合組織を丈夫に保つ	ブロッコリー じゃがいも	カルシウム 丈夫な骨や歯をつくる	モロヘイヤ、水菜、 小松菜、なばな
ビタミンE 細胞の老化を防止する	なばな、にら ほうれん草	食物繊維 腸内環境を整える	ごぼう、かぼちゃ、 海藻類、きのこ類、豆類



いろいろな種類の野菜を組み合わせることで、栄養素をバランスよくとることができますよ！

今月の食材：かぼちゃ



かぼちゃにはいろいろな種類がありますが、大きく「日本かぼちゃ」「西洋かぼちゃ」「ペポかぼちゃ」の3つのタイプに分けられます。

カロテン、ビタミンB群を多く含む代表的な緑黄色野菜で、カロテンは体内でビタミンAになり、かぜの予防、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持などに効果があります。また、食物繊維が豊富で便秘の予防や改善に役立ちます。

今月のレシピ 「かぼちゃとしめじの豆乳みそスープ」

下村保育園の給食先生考案！

- 材料（1人分）
- ・かぼちゃ 45g
- ・たまねぎ 20g
- ・しめじ 15g
- ・鶏肉 10g
- ・みそ 8g
- ・水 100g
- ・調整豆乳 70g
- ・昆布 小1枚

- 作り方
- ① 鍋に、分量の水とさっと洗った昆布をつけておく。
- ② ①を火にかけ、沸騰直前に昆布をとりだす。
- ③ かぼちゃは一口大、たまねぎは1cmのスライスしめじ、鶏肉は食べやすい大きさに切る。
- ④ ②にかぼちゃ、たまねぎ、鶏肉をいれて煮込む。
- ⑤ かぼちゃがやわらかくなったら、しめじをいれ、みそで味つけをする。
- ⑥ ⑤に調整豆乳をいれ、沸騰させないような火加減で加熱する。

かぼちゃの甘味、みそと豆乳のコクと旨味があわさったまろやかな和風スープです。汁の量がいつもより多いので、大きめの器に盛るといいですよ。つくってみた感想等、園に教えてくださいね。



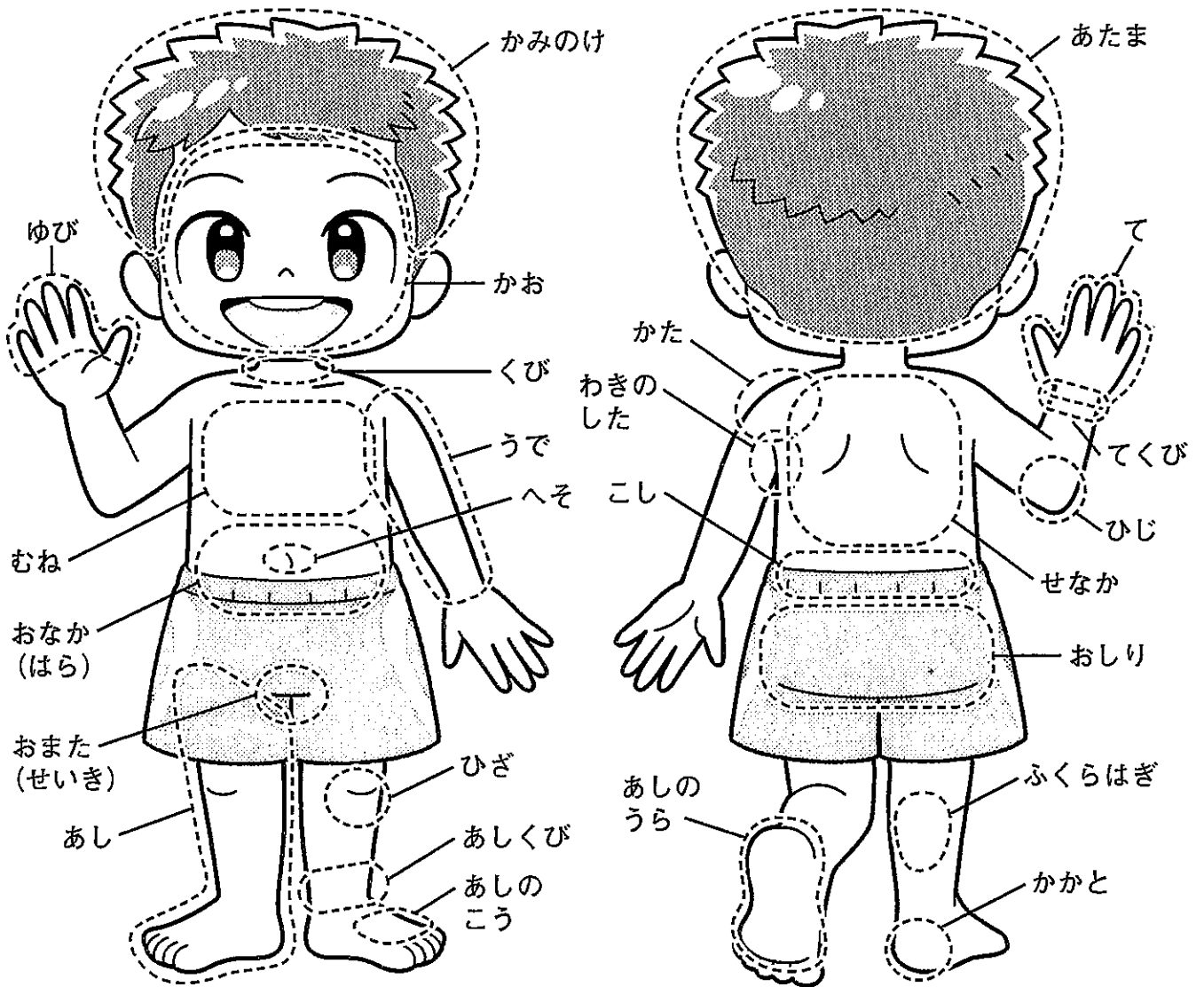
【クイズ】 かぼちゃとおなじなかまのやさしいはどれ？

- ①きゅうり
- ②ズッキーニ
- ③なす

答えは下にあります

【答えは②】ズッキーニは、ウリ科のかぼちゃ属の野菜で、ウリ科のかぼちゃ類の仲間になります。

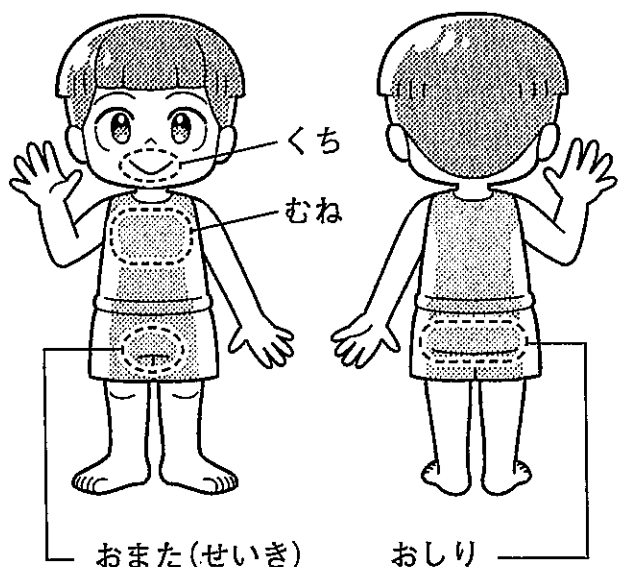
からだの なまえを おぼえよう



けんこうくまちゃん

けがをしたときに
どこがいたいのか おとなの ひとに
きちんと つたえられるよ!

プライベートゾーンの大切さを伝える



▶プライベートゾーンとは

水着でかくれるところ(胸、性器、おしり)と口です。人に見せない、触らせてはいけない場所です。

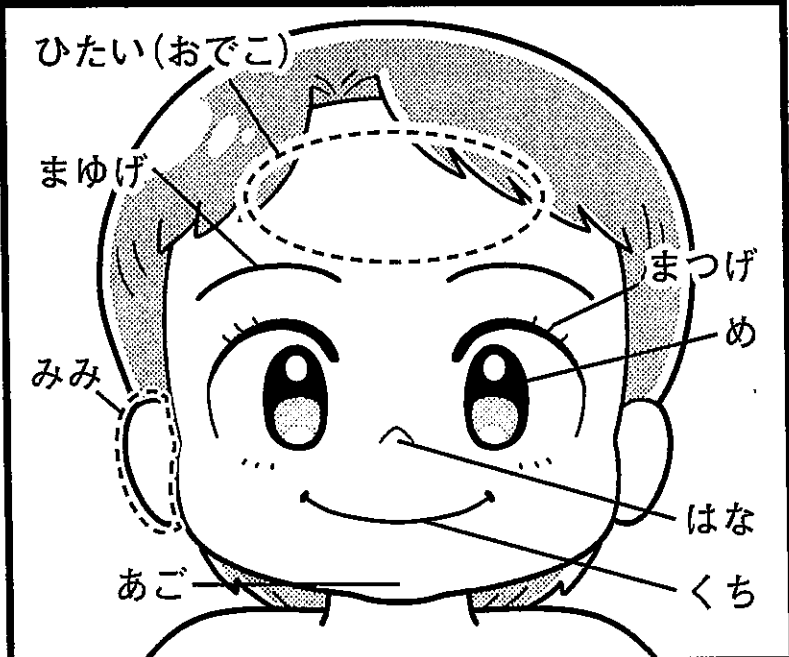
プライベートゾーンを守るために

プライベートゾーンは、自分だけの大切な場所です。簡単に人に見せたり、勝手に触らせたりしてはいけません。人に見られそうになったり、触られそうになったりしたら、「嫌だ」ということを伝えましょう。

保護者でも勝手に触らない

身の回りのケアが自分でできない場合や看護などで必要な場合は別ですが、ふざけておしりを触ったり、見たりするのはNGです。大事な場所だからこそ、お風呂に入った時には自分でていねいに洗うようにすることを習慣づけさせましょう。プライベートゾーンを大切にすることは、幼児のうちからきちんと伝えておくことが大切です。

かおの なまえ



保護者の方へ

体の名前を覚えることは、自分の体に興味を持つことにもつながります。体の名前を知っていると、転んでひざをすりむいた時に、「ここが痛い」というのではなく、「ひざが痛い」と、人に伝えられます。

また、子どもが体の名前を覚えるためにも、「ここをぶつけたの？」というふうに聞くのではなく、具体的に「ひじをぶつけたの？」と、名前をいって話すようにすると、覚えやすくなります。

たのしくたべようニュース

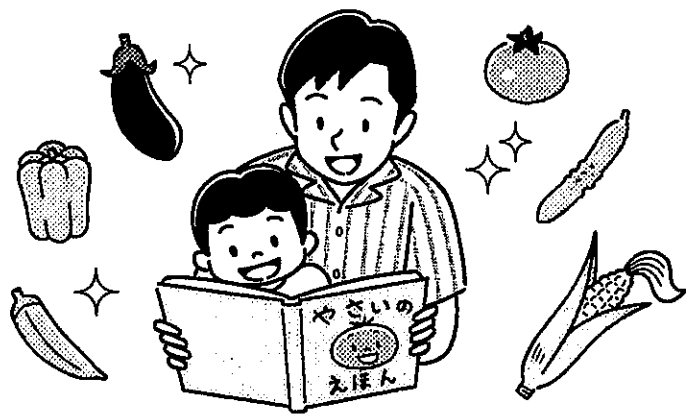
8月31日は 野菜の日 **夏野菜を食べましょう**

夏が旬の野菜は、ピーマン、トマト、きゅうり、オクラ、ゴーヤ、とうもろこしなど、たくさんあります。野菜が出てくる本を読んだり、夏野菜を育てたり、調理の時に子どもにお手伝いをしてもらったりしてみませんか。楽しい経験を通して、子どもは野菜に親しみをもちます。

親子で夏野菜を味わいましょう。

野菜のことを知る

野菜の絵本などを
読んで、野菜を知る
ことで、野菜に親し
みを感じます。



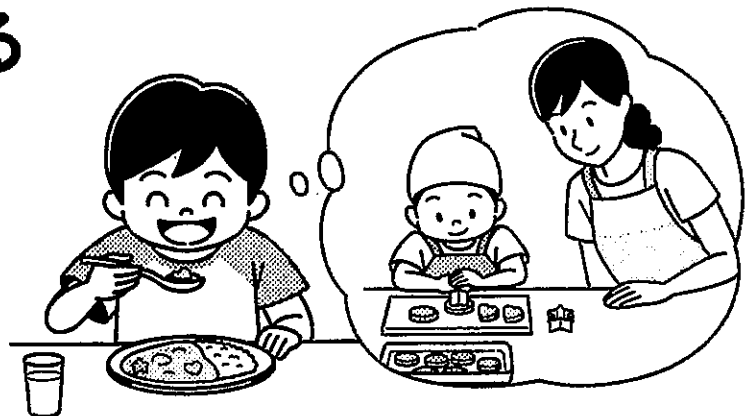
夏野菜を育てる

育てたり、収穫を
したりすることで、
食べてみたいと興味
を持ちます。



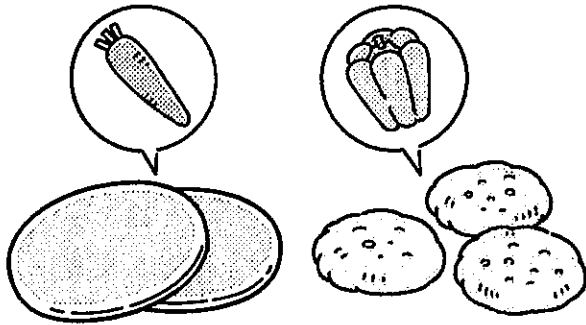
一緒に調理をする

苦手な野菜が入っ
ても、自分でつくっ
た料理なら食べられ
ることもあります。



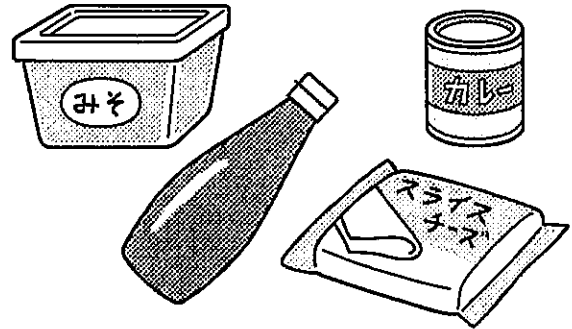
苦手な野菜を食べやすくする工夫

細かくして生地に混ぜる



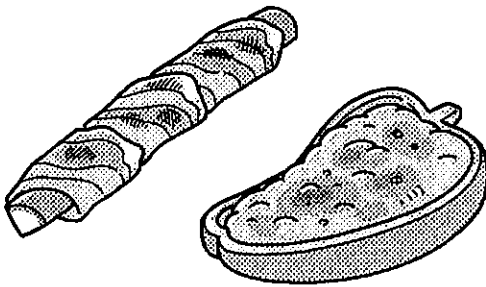
味や香りが強い野菜は、細かくしてパンケーキや肉だんごなどに混ぜて焼きます。

子どもの好きな味つけに



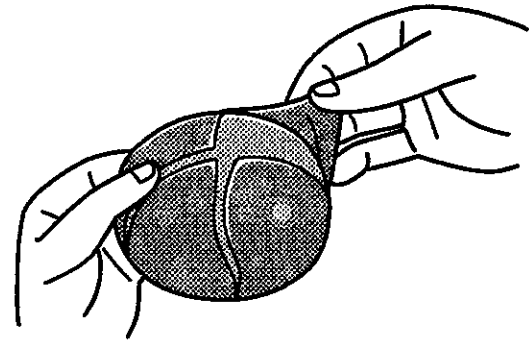
みそやケチャップ、カレー粉、チーズなどで味つけをかえると、食べやすくなります。

肉などと一緒に調理



薄切り肉で巻いたり、肉詰めにしたたりすると、青臭さや苦味を感じにくくなります。

皮をむいて食べやすく



トマトの皮が口に残るのが苦手な場合は、湯むきをして口当たりをよくします。

冷たいものをとり過ぎないで！

冷たいものをたくさん飲んだり食べたりすると、水分のとり過ぎとなり、腸の動きも活発になり過ぎて、下痢になることがあります。

暑い夏は、冷たい飲み物や食べ物を食べたくなりますが、とり過ぎると、体調をくずしてしまうので注意しましょう。

