



令和7年度 あおい幼稚園
えんだより・あおいっ子
今月の行事予定

☆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
【今後の予定】 9/1 2学期始業式(1号認定午前保育) 9/27 旧北陸道アートin小杉(年長児出演) 10/5 運動会 (10/6 運動会順延日) 10/10 以上児園外保育(ファミリーパーク) 10/24 年長児園外活動(砺波青少年自然の家) 10/29.30.31 以上児保育参観予定 未満児運動会予定				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11  山の日	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25 夏期保育 発育測定/防犯訓練 1号認定午前保育 年長児 1日保育 特別保育 申込締切日	26 夏期保育 誕生会 避難訓練 交通安全指導 1号認定午前保育 年長児 1日保育	27	28 年長児 午前保育	29 年長児 午前保育	30 ふるさと 商工まつ りin射水 年長児出演 (太閤山ランド)	31

7/28、29、8/25、26 夏期保育(1号認定午前保育)

※年長組さんは8/25、8/26は1日保育、8/28、8/29、は午前保育です。

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。

7/29に通園バックを必ず持たせてください。

(当日開催、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。

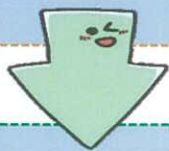
バス出発後に玄関までお迎えをお願いします。

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。



7/28、8/25の夏期保育に持ってきてください!

(さくら組・すみれ組・きく組)



かな組さんは両日ともプールバックに水遊び用の服を入れて登園してください!

ビーチサンダル・プールバック (水着)

※水遊びの有無については「プールカード」に記入し、お知らせください!

お 知 ら せ

さくら組、すみれ組、きく組の皆さんに『なつやすみのおもいで』を終業式に配布しました。夏の楽しかった出来事や思い出をお子さんと一緒にかいてみてください。

また、文字や絵や写真など、レイアウトは自由なのでお子さんと一緒に

楽しんでみてください。『なつやすみのおもいで』は、2学期始業式(9/1)に持たせてください。



やってみよう！

たんぽぽぐみ

- ・安定した生活リズムのなかで、
元気に過ごそう。
- ・8月も、夏ならではのあそびを
たくさん楽しもう。
～水や氷、絵の具などに触ってみよう～

かなぐみ

- ・水や氷に触れ、気持ちよさを感じながら
夏ならではの遊びを楽しもう！
- ・衣服の着脱や片付けなど、簡単な身の回
りのことを自分でやってみよう！

さくらぐみ

- ・水遊びやプール遊びを通して、順番や
ルールを守って楽しもう！
- ・元気な体をつくり暑い夏を乗り切ろう！
～早寝早起きできるかな？～
～好き嫌いせず何でも食べてみよう～

すみれぐみ

- ・夏の自然に興味をもって見て触れてみよ
う。
- ・夏ならではの遊びを思いきり楽しもう！
- ・いろんなことにチャレンジ！
～身支度・歯みがき・掃除・机拭き・
お手伝い できるかな？～

きくぐみ

- ・お家のお手伝いを進んでやってみよう！
～お家の中にはどんなお仕事があるのかな？
自分で探してみよう！～
- ・夏の自然（生き物や場所・天気など）に
触れ、興味を深めよう。





鷹 寺 学 園

INFORMATION



今年は夏の始まりが早く、しかも連日暑さが続いています。

この暑さの中でも子供たちと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、状況をよく見て子供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。

年齢別ではなく、異年齢のクラス編成です。

(預かり保育のお子さんも含めます)

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ょう。悪いことはすぐやめましょう。】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。

◎早寝早起き朝ごはん



夜更かしをする→朝早く起きられない→朝食をしっかりとれない→やる気が生まれにくいなど悪い循環が生まれてしまいます。

「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣にすることで、生活リズムが安定し、毎日の学びや遊びに集中しやすくなります。朝にきちんとリズムが整うことで、1日の過ごし方が前向きになり、ストレスも軽減される効果があります。

*日ごろから心がけたいですね。

◎給食費・保育料等納入金について

8月25日（月）を予定しています。



月	火	水	木	金	土
【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。 ・☆印は手作りおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 7日(木)は「白ねぎ」、 20日(水)は「かぼちゃ」です。			日付 主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	1 牛乳・花花せんべい (ごはん) ちくわの磯辺揚げ(末:白身魚) きんぴらごぼう 豚汁	2 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
8月31日は やさいの日				牛乳・おにぎりせんべい	幼児りんご・お菓子
4 (卵・乳・小麦なし) 幼児ぶどう・鉄塩せん (ごはん) 鮭の塩焼き 梅風味和え 筑前煮	5 牛乳・チョイス (ごはん) えびフリッター ブロッコリーのごま和え スパゲティナポリタン	6 牛乳・バナナ (ごはん) ハンバーグ(ケチャップ付) ごまじゃこサラダ かぼちゃとしめじの豆乳みそスープ	7 ◎きときとの日 牛乳・ムーンライト (ごはん) 鶏のから揚げねぎソースがけ キャロットラペ コンソメスープ	8 牛乳・ねじねじ (ごはん) 魚のカレー揚げ 粉ふき芋 白菜のみそ汁	9 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
きになる野菜(キャロット)・カリボテミニ	すいか	牛乳・星たべよ	アイスクリーム	牛乳・アニマルビスケット	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
11 山の日	12 牛乳・たまごせんべい (ごはん) えびフライ きゅうりのあっさり漬け そうめん汁	13 幼児牛乳・ミニハート (ごはん) タンドリーチキン ドレッシング和え 野菜スープ	14 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	15 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	16 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
	牛乳・原宿ドック	幼児牛乳・カルテツサブレ	フルーツ&キャロット・お菓子	豆びよココア・お菓子	りんごジュース・お菓子
18 (卵・乳・小麦なし) にんじんゼリー (ごはん) 鶏肉の照焼き ぼてちっちサラダ もやしのみそ汁	19 牛乳・きなこもち (ごはん) あじフライ 青菜のコーン和え 具だくさん汁	20 ◎きときとの日 牛乳・まんまるソフトせんべい (ごはん) ラタトゥイユ マカロニサラダ わかめスープ	21 牛乳・むらさきいもせんべい (ごはん) かぼちゃコロッケ こまった菜おいしい菜 えのきのみそ汁	22 ヨーグルト (ごはん) 厚焼き卵 ゆかり和え 肉じゃが	23 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
豆びよ(いちご)・源氏パイ	ミルージュCa・梨	☆あわせゼリー	牛乳・ハーベストバタートースト	牛乳・味しらべ	幼児ぶどう・お菓子
25 牛乳・小麦胚芽のクラッカー (ごはん) 魚のみそマヨがけ グリーンサラダ 五目スープ	26 ●誕生会 牛乳・アンパンマンの幼児ビスケット コーンライス ボイルウィンナー ブロッコリーのおかか和え かきたま汁 あまなつフレッシュ	27 牛乳・ミレービスケット (ごはん) 魚のあんかけ スティックきゅうり ◆そうめんとなすのみそ汁	28 牛乳・豆乳クッキー (ごはん) えびシューマイ もやしのナムル 麻婆豆腐	29 牛乳・白い風船 (ごはん) 魚の豆乳ソースがけ コロコロサラダ 水菜のスープ	30 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
牛乳・カルシウムせん	幼児牛乳・白えびもち焼	牛乳・☆カレー蒸しパン	☆カルピスフルーツ	牛乳・ほしのおせんべい	きになる野菜(キャロット)・お菓子

※飲み物がない日はお茶が付きます



8月 食育だより

射水市

IMIZU CITY

令和7年8月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

照りつける太陽とセミの声に夏本番を感じます。夏野菜もだんだんと収穫時期となり、園の畑の「なす」や「きゅうり」がとてもみずみずしく感じられます。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。

8がつ 31にちは「やさいのひ」…や(8)さ(3)い(1)の語呂合わせ

♪ やさいの たべかた 1-2-3 ♪

1番 はじめは 野菜から ♪

低エネルギーで食物繊維の多い野菜を最初に食べるとよくかみ、満腹感を感じるため、早食いをおさえることができます。

2皿 の野菜料理を、朝・昼・夕に ♪

1日5皿分の野菜料理を食べれば、必要な野菜を食べることができます。

3食 食べて、バランスよく ♪

食事を抜くと野菜の摂取量も減ってしまいます。
朝からしっかり食べてバランスのよい食習慣を。



野菜をたべよう！

射水市の保育園給食では、射水市産の旬の野菜を使った射水きときとの日を実施しています。こどもたちが食べやすい大きさやかたさ、味つけになっています。

野菜をおいしく食べる方法や野菜をたくさん食べられるコツなどを知りたいという方は、給食先生に声をかけてみてください。



きときとの日

今月の食材：ねぎ

ねぎには、白い部分を食べる「根深ねぎ」と葉先まで軟らかく緑の葉の部分を食べる「葉ねぎ」があります。根深ねぎは、白ねぎ・長ねぎともいい、富山県内全域で栽培されており、やわらかく鍋や煮物にオススメです。

ねぎの白い部分は淡色野菜、緑色の部分は緑黄色野菜に分類され、緑の部分にはβカロテン、ビタミンC、ミネラルが多く含まれています。

今月のレシピ 「鶏のから揚げネギソースがけ」

●材料（1人分）

・鶏むね肉	40g
・料理酒	1g
・食塩	0.1g
・片栗粉	3g
・油	適量
・ねぎ	15g
・生姜	1g
・しょう油	4g
・料理酒	0.5g
・みりん	0.5g
・酢	1g
・砂糖	2.5g

●作り方

- ① 鶏むね肉に酒と塩で下味をつける。
- ② ねぎはみじん切り、生姜はおろして生姜汁にする。
- ③ ねぎとAをあわせ煮立たせ、ネギソースを作る。
- ④ ③のねぎにしっかり火がとおったら、生姜汁を加える。
- ⑤ ①に片栗粉をつけ、170度の油できつね色になるまで揚げる。
- ⑥ ⑤にネギソースをかける。

射水おおぞら保育園の
給食先生おすすめ！

ネギが苦手なお子さんでも食べやすいようにしっかりネギに火をとし、辛味を軽減させ甘味がある食べやすいソースです。
つくってみた感想、アレンジ方法等、園に教えてください。



【クイズ】 ねぎはどのぶぶんを たべている でしょうか？

- ①くき ②ねっこ ③はっぱ



答えは下にあります

たのしくたべようニュース

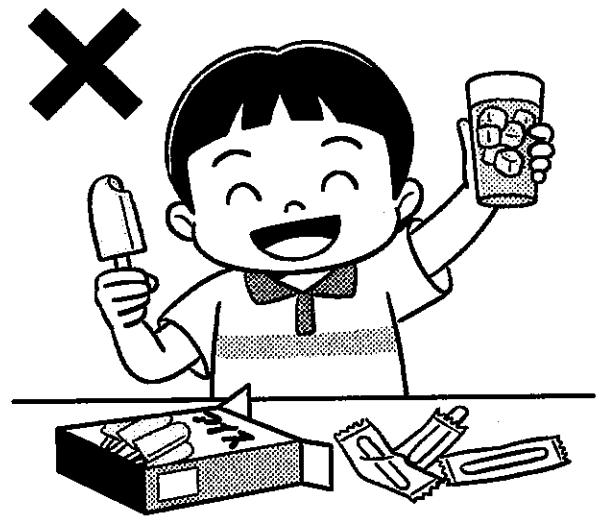
暑い夏を元気に過ごすための 食生活のポイント

ポイント1

冷たいもののとり過ぎに注意しましょう

冷たい食べ物や飲み物がおいしい季節です。子どもたちは、アイスやジュースなどをたくさん欲しがるともしれません。しかし、冷たいものばかりとると、胃や腸の血管が収縮して血流が悪くなり、働きが低下します。そして、食欲不振や胃もたれ、胃痛、腹痛、下痢、便秘などを起こしてしまいます。

冷たいものは、とり過ぎないようにして、常温や温かい飲み物などもとるようにするとよいでしょう。



ポイント2

糖分の多い飲み物は控えましょう

甘い飲み物には、糖分が多く含まれています。飲み過ぎると、気づかいうちに糖分をとり過ぎてしまいます。子どもたちがよく飲む、市販の飲み物に含まれる砂糖の量をご紹介します。

りんごジュース

500mL



約60g

オレンジジュース

500mL



約55g

レモンティー(加糖)

500mL



約35g

スポーツドリンク

500mL



約31g

※砂糖の量は、栄養成分表示の炭水化物の数値をもとに算出しています。

ポイント3

栄養バランスをととのえましょう

主食、主菜、副菜、汁物をそろえると、栄養のバランスがととのいやすくなります。

副菜

おもに体の調子をととのえるもとになる、野菜やきのこなどを使ったおかず。

主菜

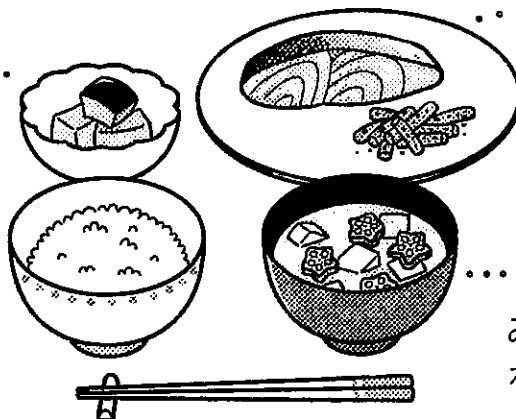
おもに体をつくるもとになる、魚、肉、卵、豆、豆製品などを使ったおかず。

主食

おもにエネルギーのもとになる、ごはんやパン、めん。

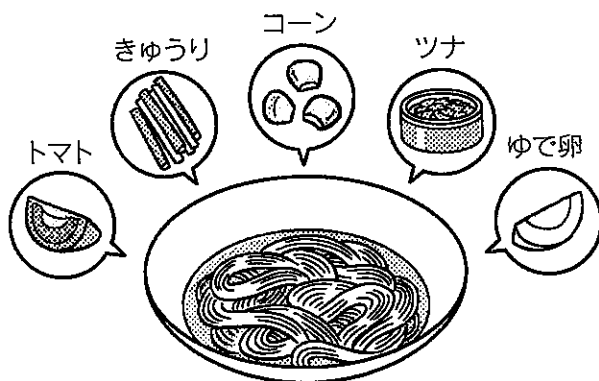
汁物

みそ汁やスープなど。汁の実を工夫することで、より栄養のバランスがととのいます。



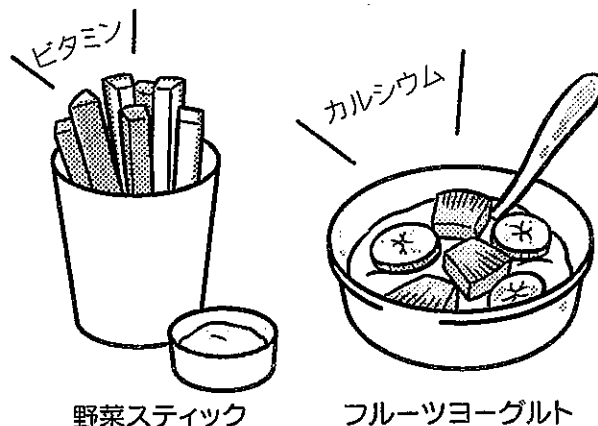
栄養アップ

めんにはいろいろな具をトッピング!



栄養アップ

おやつは不足しがちな栄養素を補うチャンス!



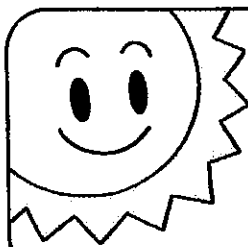
ポイント4

規則正しい生活を送りましょう



休みの日も登園の日と同じような生活リズムで過ごせるようにすることも、夏を元気に過ごす^{ひけつ}秘訣です。まずは、親子で早起きをして朝の光を浴び、しっかりと朝ごはんを食べるようにしましょう。そして、日中は暑さに気をつけながら、子どもたちは、体を使った遊びをたっぴり行うようにすると、疲れて早く眠れるようになります。

ほけんニュース



夏の感染症と 皮膚トラブル

夏は、手足口病やプール熱などのウイルス性の感染症や、あせもといった皮膚トラブルも多くなる季節です。夏の感染症や皮膚トラブルの症状や家庭での対応をまとめました。

手足口病

症状

手のひら、足、ひじ、おしり、口の中などに水ほうや粘膜疹^{ねんまくしん}が出ます。熱は37～38℃程度で、出ないこともあります。無菌性髄膜炎や心筋炎、脳炎を合併することもあります。



対応

のどの痛みから、水分をとらないことによる脱水に注意し、水分と刺激の少ない食事を与えます。熱もなく、元気であれば登園できます。

ヘルパンギーナ

症状

突然38～40℃の高熱が2～3日続き、のどの奥に小さな水ほうができます。のどの痛みをうまく伝えられない乳幼児はよだれが増え、食欲が落ちて、不機嫌になることがあります。



対応

のどを痛がる時は、のどごしのよい流動食を与えます。熱と口の中の痛みがなくなり、飲食ができるまで数日休ませます。

咽頭結膜熱（プール熱）

症状

突然39～40℃の高熱が出て、のどの痛みとだるさ、目の充血、首のリンパ節の腫れがあらわれます。関節痛、頭痛、下痢を伴うこともあります。熱は4～5日続き、症状が改善するまで約1週間かかります。



対応

安静と保温を心がけ、水分補給と、のどにやさしい食事を与えます。吐き気や頭痛が強い時は、医療機関を受診します。第二種感染症のため、おもな症状がなくなり、2日経過するまで登園できません。

とびひ (伝染性膿痂疹)

症状

虫刺されやあせもをかい
た傷から黄色ブドウ球菌な
どが入り、水ほうやかさぶ
たができます。かゆみがあ
り、かき壊すと体のあちこ
ちにうつります。



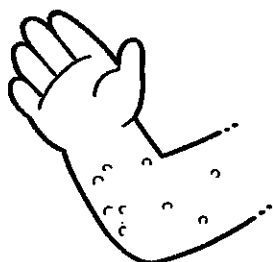
対応

患部を清潔にして、抗菌剤を含
んだ軟膏^{なんこう}をぬります。水ほうがあ
れば受診し、広がる時は抗菌薬を
内服します。ガーゼで覆えば登園
可能ですが、広範囲なら登園停止
になることもあります。爪を短く
し、治るまでプールは控えます。

水いぼ

症状

伝染性軟属腫ウイルスに
より、全身に1~5mmの
白く水っぽい光沢のあるい
ぼができます。かくと、広
がったり、とびひになった
りすることもあります。



対応

自然に消えますが、時間がかか
ります。数が多い、皮膚がただれ
る、かき壊す場合は、受診します。
プールでの感染は少ないですが、
タオルやビート板を介してうつる
ことがあるので、共有は避けます。

あせも(汗疹)

症状

汗を出す汗管があかや汚
れてふさがって、汗の出口
がなくなり、首や背中、お
なかなどに、水ほうや、炎
症が出ます。炎症は、かゆ
みを伴います。

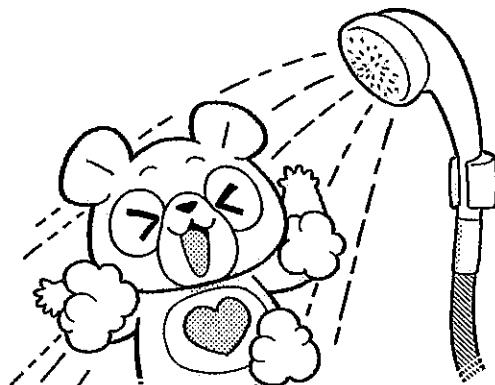


対応

水ほうは、汗を拭いて清潔にす
れば1~2日で治ります。炎症が
強い場合は、亜鉛華軟膏などを使
い、2~3日以上続く時は皮膚科
へ。汗はこまめに拭き、着がえを
することが予防になります。

汗をかいたらそのままにしないで

汗をかいた後、そのままにしておくと、皮
膚に塩分や汚れが残ってしまい、とびひやあ
せもの原因になります。皮膚を清潔に保つこ
とが大切です。シャワーやお風呂で洗い流す
ようにしましょう。それが難しい時には、ぬ
らしたタオルなどで汗を拭き取り、着がえを
行います。



けんこうくまちゃん