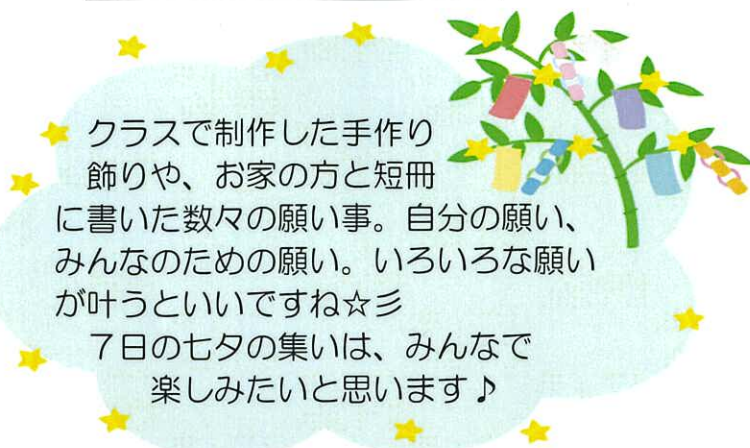




☆未満児とは0・1・2歳児クラス、以上児とは3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
		1 さくらんぼ クラス (未就園児対象)	2 以上児対象 耳鼻科健診 (AM)	3 年長児 スイミング 教室(AM)	4	5
6	7 七夕の集い	8 年長児・年中児 体育教室 (AM)	9	10	11	12
13 以上児 発育測定 防犯訓練	14 未満児 発育測定 避難訓練	15 年長児 鼓隊指導 (PM)	16 誕生会 交通安全指導	17	18	19
20  海の日	21 1学期 終業式 以上児制服着用 1号認定午前保育 個別懇談会	22 個別懇談会	23	24 特別保育 申込締切日	25	26
27 夏期保育 1号認定午前保育	28 夏期保育 夏まつり 1号認定午前保育 スナップ 写真販売	29	30	31	【今後の予定】 8/24,25 夏期保育・誕生会 (1号認定午前保育) 9/1 2学期始業式 (1号認定午前保育) 9/12 年長イベント参加 9/26 年長イベント参加 10/3 運動会(以上児)	

7日☆七夕の集い☆



★ クラスで制作した手作り飾りや、お家の方と短冊に書いた数々の願い事。自分の願い、みんなのための願い。いろいろな願いが叶うといいですね☆

7日の七夕の集いは、みんなで楽しみたいと思います♪

21日 終業式 以上児制服着用

1学期の終業式です。

以上児さんは制服(イニシャル入りブラウス・ネクタイ・ズボン or スカート・紺靴下)を着用して登園してください。

※1号認定のお子さんは午前保育です。

バス通園の方も

午前保育時間の

運行となります。



21日・22日 個別懇談会

お子様のよりよい成長を願って、お子さんの様子について話し合う時間を設けます。

21日は午後より、22日は1日懇談会を実施しますので、事前にご案内したお知らせをご確認の上ご来園ください。

懇談場所につきましては『クラス・午前・午後』によって場所が異なりますので、ご来園の際に玄関にてご確認ください。

また、駐車場につきましては、小杉小学校プールの砂利駐車場をご利用ください。



7/28 夏まつり

「子ども達に楽しんでもらいたい！」

そんな願いを込めて、葵会さんと園とが力を合わせて『夏まつり』の準備を進めています。

子どもたちにとって夏の思い出の1ページとなりますように☆



スナップ

写真販売

ヒロシフォトさんに撮影していただいた『年長児・年中児の遠足』『年少児の園外保育』と、園職員が撮影した『1学期スナップ写真(全クラス)』の販売を行います。販売期間は7/28~8/6となりますので、ぜひご覧ください！

写真購入に必要な今年度のID・パスワードは後日配布いたします。

新入園児さんには写真購入の際のマニュアルも配布いたします。

鷹 寺 学 園

INFORMATION



1学期の締めくくりを迎える7月は、楽しい活動、豊かな感情を育てる活動を目指します。園には、「この時期」ならではの、「お友だちと一緒に」ならではの遊びがたくさんあります。子どもたちが、人との関わり合いを感じながら、身につけていく思いや考えを受け止め、見守りたいと思います。

☆七夕

短冊に書かれた願いの数々が
お空にとどきますように…
お子さんと「星」についてお話し
てみませんか？季節の行事について話す
ことでお子さんの言葉も増え、豊かな
表現を身につける機会になると思います。

★プールあそび

プール開きを終え、楽しい水遊びが
始まりました。
その中で、「水の怖さ」についても
子どもたちに知らせています。
ご家庭でも、水遊びでのお約束を
ぜひ お話してみてください。

*園では、天候を見て「危険な暑さ」が予想される場合は外遊び・プール遊びは行いません。

◎7月の子どもたち

子どもたちは日々の生活の繰り返しの中で、着替えや活動の準備が身についてきます。遊びでの約束事があることを知り、「がまん」も理解できるようになってきます。年齢や性格によってその理解度は様々ですが、経験を積み重ねることの大切さを感じます。遊びの中で、夏の虫や自然現象に興味を持ち、変化や美しさ、面白さを感じる機会もできます。

子ども自身が変化を感じた事（新しい発見があったり、不思議に思ったり嬉しかったりしたこと）を、たくさん言葉にしていけるように、私たちは声をかけていきたいと思っています。保護者の皆さんも、お子さんとたくさん楽しいおしゃべりを続けてください。その中で、お子さんの成長を感じられることを私たちは願っています。

◎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。
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。

◎給食費・保育料等納入金について

7月27日（月）を予定しています。





生かせるのち



命の尊さを知り、慈しみの心、いたわりと思いやりの心を持った子に育てたい。

これが私たちの教育の原点です。

命をたいせつにする子

～情操教育を通して、動植物を
慈しみ、命の尊さに気づく～

おもいやりのある子

～相手の気持ちに気づき、
いたわりの気持ちをもてる～

教育目標

明るくげんきな子

～元気でのびのびと遊びや
運動を楽しむ～

自分で考えがんばる子

～自分で自分のことができ、
最後までやり抜こうとする～



やってみよう！

0・1歳児 たんぽぽぐみ

- ・水に触れて遊ぼう！
～水が動いたり流れたりする感触や
冷たさを肌で感じよう～
- ・絵本や手遊びを通して、楽しみながら
ことばに親しもう。

2歳児 かなぐみ

- ・自分の思いや気持ちを言葉や態度で表
現しながら友だちや先生と一緒に遊ぼ
う。
- ・水の感触を楽しみ、夏ならではの遊びを
思い切り楽しもう。

3歳児 さくらぐみ

- ・汗をかいたらふいたり、水分補給をしたりし
て暑い夏を元気に過ごそう！
- ・保育者や友達と一緒に、水遊びや、プールあ
そびを思い切り体を動かして楽しもう！

4歳児 すみれぐみ

- ・暑い夏を元気に過ごそう！
～汗をかいたら、体を拭いたり、着替えたりできるかな？～
～友だちと声を掛け合いこまめな水分補給をしよう～
- ・水・プール遊びの約束を守り、友だちと一緒に全
身で水の心地よさを味わおう！
- ・楽しい雰囲気の中で給食を食べよう！
～ごはん・おかず・順番に食べられるかな？～

5歳児 きくぐみ

- ・水遊びやプール遊びを通し、気持ちよさを感じ
たり、やってみたい！と思ったことをど
んどん試したりして遊ぼう。
- ★鼓隊チャレンジ★
・戸外での鼓隊の演奏＆フォーメーションに
挑戦！演奏したり、動いたり、表現したり♪
それぞれの役割を楽しもう！



7月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和8年7月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

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。 1日(水)は「水菜」、 17日(金)は「じゃがいも」です。		1 ◎きときとの日 牛乳・たべっこ動物 (ごはん) 厚焼き玉子 水菜とツナの味噌マヨサラダ 炒り鶏 冷凍カットパイナップル(パイナップル缶) 牛乳・ぼたぼた焼き	2 ヨーグルト (ごはん) 白身魚の南蛮漬け ほうれん草のおひたし 豆腐のみそ汁	3 牛乳・Hi! ガッキー (ごはん) 豚肉と野菜のチャンプルー ごまブロッコリー なめこのみそ汁	4 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 豆びよいちご・お菓子
6	7 セタ献立☆	8	9	10	11
牛乳・お子様せんべい (ごはん) 白身魚の竜田揚げ もやしのソテー かぼちゃのみそ汁	牛乳・ビスコ (ごはん) 星型ハンバーグ 茹でブロッコリー セタそうめん セタデザート	牛乳・味しらべ (ごはん) さばのみそ煮 ごま浸し すまし汁	コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) チンジャオロース トマト 中華スープ	牛乳・さくさくかぼちゃポーロ (ごはん) 揚げ鶏のたっぷり玉ねぎソース いんげんのごま和え 茹でとうもろこし ワンタンスープ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
☆カルピスフルーツ	幼児牛乳・星たべよ	牛乳・ロアンヌバニラ	牛乳・☆ブルーベリー蒸しパン	りんごゼリー	りんごジュース・お菓子
13 (卵・乳・小麦なし)	14	15	16 ●誕生会	17 ◎きときとの日	18
幼児ふどう・花花せんべい (ごはん) いかのかりん揚げ(未:白身魚) きゅうりとわかめの酢の物 じゃがいものみそ汁	牛乳・ポテトとほうれん草のおせんべい (ごはん) しゅうまい カリコリ漬け サッポロラーメン	牛乳・たまごせんべい (ごはん) 魚の梅みそかけ コーン和え 具たくさんすまし汁	牛乳・ミニぼん こさかな 夏野菜カレー ボイルウインナー 変わり和え ⑤ パインフレープ(皮ん唐辛子)パインゼリー ⑤	牛乳・マンナウエファール (ごはん) 赤魚のから揚げ ほうれん草のなめたけ和え 油揚げのみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
豆びよココア・お米deもちタルト	牛乳・豆乳クッキー	牛乳・ばかうけ青のり	幼児牛乳・チョイス	牛乳・☆カラメルじゃがいも	きになる野菜(キャロット)・お菓子
20	21	22	23	24	25
 海の日	牛乳・ソフトせんべい (ごはん) ちくわの磯辺揚げ(未:白身魚) ドレッシング和え コンソメスープ	牛乳・カルシウムせん (ごはん) ふわふわ卵 ゆかり和え なすのみそ汁	牛乳・むらさきいもせんべい (ごはん) コーンフライ 春雨の中華和え 星の子スープ	牛乳・アニマルビスケット (ごはん) 鶏肉の照焼き コロコロサラダ えのきのみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	牛乳・源氏パイ	牛乳・カリボテミニ	アイスクリーム	牛乳・こぶ柿	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
27 (卵・乳・小麦なし)	28	29	30	31	日付
野菜生活・ハイハイ (ごはん) 鶏肉のから揚げ ◆太きゅうりのあんかけ もやしのみそ汁	牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) 豚肉となすのみそ炒め にんじんサラダ すまし汁	牛乳・たべっこBABY (ごはん) 肉団子 カレージャーマンポテト わかめスープ	牛乳・きなこもち (ごはん) 中華風炒り卵 ナムル 水菜のスープ	牛乳・星っこ (ごはん) 豚肉コロッケ 野菜炒め 玉ねぎのみそ汁	主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立
りんごジュース・ミニハート	牛乳・たまごサブレ	☆牛乳かん	牛乳・揚げ一番	☆コーンフレーク入りフルーツムース	午後おやつ

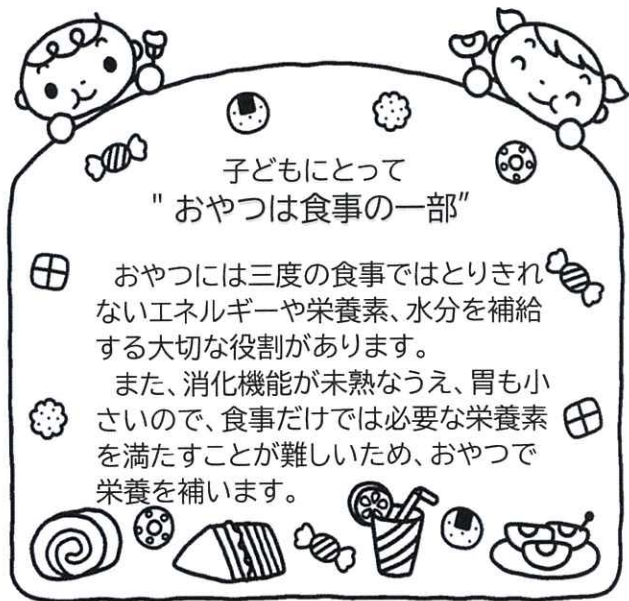
※飲み物がない日はお茶が付きます

7月 食育だより



令和8年7月
射水市子育て支援課
あおい幼稚園

梅雨が明けるといよいよ夏本番です。元気いっぱいの子どもたちですが、暑さに慣れていないこの時期は、食欲も落ち気味です。暑さで体調を崩さないよう、規則正しい生活、栄養バランスのとれた食事、こまめな水分補給を心がけ、元気に夏を迎えましょう。



◎ おやつでとりたい栄養

カルシウム・鉄・ビタミン・食物繊維
糖質や脂質をとるとエネルギー補給に！



◎ おすすめおやつ

小魚、牛乳、ヨーグルト、チーズ、果物、いも、
おにぎり、せんべい など

◎ 手作りにおすすめおやつ

ミルクくずもち、蒸しパン、フルーツポンチ など

お子さんと一緒に作れるおやつのレシピがみれます。



射水市ホームページ [いみず食育ひろば](#)

検索してみてください。



おやつの回数の目安

1～2歳児：2回（10時頃と15時頃）

3～5歳児：1回（15時頃）



おやつの目安量

（食事の10～15%が目安）

1～2歳児：100～150 kcal

3～5歳児：150～200 kcal

子どもたちの楽しみや
心と体をリフレッシュして
くれる役割もあります。

★食事にひびかないような回数や量を！

きときとの日



今月の食材：じゃがいも



主成分がでんぷんで、主食にもなる野菜として世界中で栽培されています。豊富に含まれるカリウムは、ナトリウムとのバランスを保ち、体内の水分量を調節してくれます。

男爵やメークイン以外にも品種がたくさんあり、ホクホクとした食感と、ねっとりした食感があります。掘りたてのまま出荷される「新じゃが」は、小ぶりで皮が薄く、水分をたっぷり含んだみずみずしい食感が特長です。ほっくり茹であげたいときは、きれいに洗って皮付きのまま、まるごと水からゆっくり茹でましょう。

今月のレシピ「カaramelじゃがいも」

大島南部保育園の
給食先生考案！

●材料(1人分)

- ・じゃがいも 50g
- ・砂糖 10g
- ・水 小さじ1
- ・熱湯 小さじ1

●作り方

- ① じゃがいもは食べやすい大きさに切り、水にさらして、アク抜きをし、やわらかくなるまで茹でる。
- ② 鍋に砂糖と水を入れて火にかけ、色づき始めたら、鍋を回して色を均一にしながら加熱する。
- ③ 火を止め、熱湯を少しずつ加えてカaramelを作り、①を入れて絡める。

じゃがいもは油で揚げたりオーブンで加熱してもおいしいです！



【クイズ】 じゃがいもは どのの ぶぶん を たべているでしょう？

①ねっこ

②はっぱ

③つちにうまったくきのぶぶん

答えは下にあります

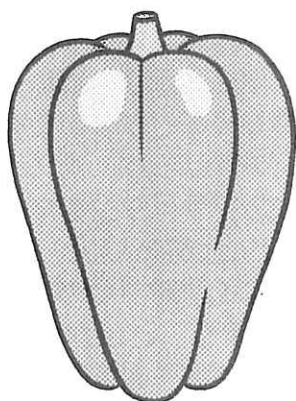
たのしくたべようニュース

夏が旬の 野菜

ピーマン & パプリカ

ピーマンは、別名を甘とうがらしといい、とうがらしの中の辛くない品種を改良してつくられたものです。また、ピーマンという名前は、フランス語でとうがらしを意味するPiment(ピマン)からつけられたといわれています。ピーマンは、ほかの野菜では見られないほど、豊富な色があります。

ピーマン



緑

花が咲いた後、20～30日で収穫した未熟な若い実です。

赤

完熟した赤のものは、甘みがあるので、苦手な人も食べやすいです。

ピーマンの栄養

ピーマンには、ビタミンCやカロテンが多く含まれています。また、ピーマンのビタミンCは、熱に強い特徴があります。

パプリカ

カラーピーマンの中で、大きく肉厚でベル型をしたものを「パプリカ」と呼びます。色の違いは、含まれるポリフェノールの種類の違いです。

赤

カプサンチン、カロテンを含みます。

黄

カロテンを含みます。

オレンジ

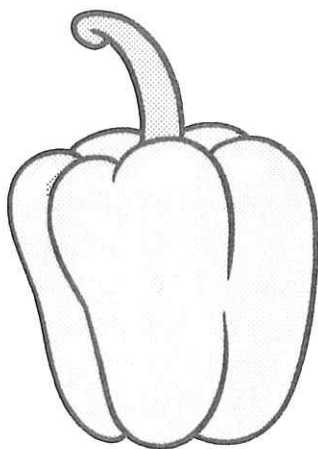
カロテンを含みます。

白

フラボノイドを含みます。

紫

アントシアニンを含みます。



パプリカの栄養

パプリカは、ピーマンと同じようにビタミンC、β-カロテンなどが豊富ですが、ピーマンにくらべると、パプリカの方が多く含まれています。

苦手な子どもも食べやすくなる工夫

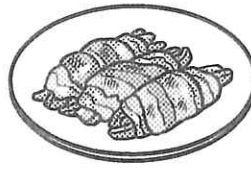
ピーマンは、油分と合わせると食べやすくなり、カロテンの吸収率も高まります。夏野菜カレーに入れたり、チーズと一緒に肉巻きにしたり、肉詰めにしたりすると、ピーマンが苦手な子どもでも食べやすくなります。



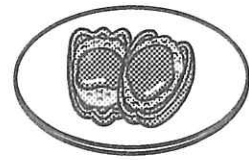
夏野菜カレー



パプリカのスティック野菜

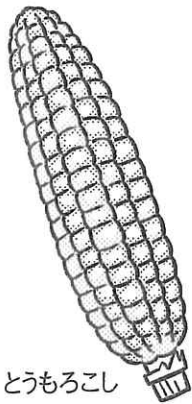


ピーマンとチーズの肉巻き



ピーマンの肉詰め

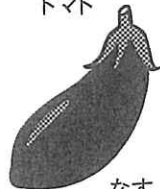
・ ほかにもあるよ **夏野菜!** ・



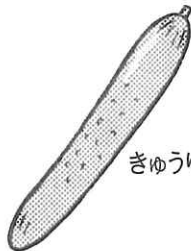
とうもろこし



トマト



なす



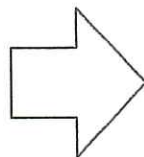
きゅうり



オクラ

夏が旬の野菜は、ピーマンのほかにも、とうもろこしやトマト、きゅうり、なす、オクラ、えだまめなど、いろいろなものがあります。旬の時期に、さまざまな夏野菜を、おいしく味わいましょう。

冷たい飲み物、食べ物のとり過ぎに注意!



夏は、ジュースやアイスクリーム、かき氷などの冷たいものをとり過ぎると、胃腸の働きが低下し、体調をくずしてしまいます。とり過ぎには注意しましょう。

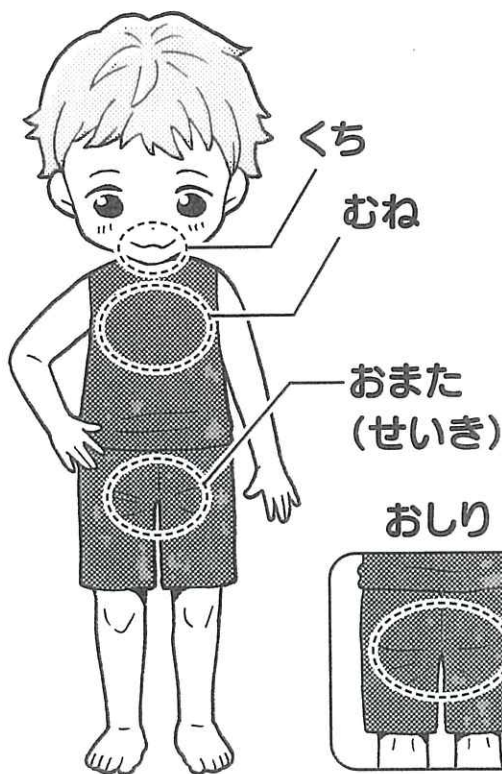
ほけんニュース

子どもを性被害から プライベートゾーン 守るために伝えたい

プライベートゾーンは、自分だけの大切な場所です。プライベートゾーンとは何か、どうして大切にするのかなど、ふだんから正しい知識を子どもにわかりやすく伝えることが大切です。幼児期から「自分の体は自分のもの」ということを知って、万が一の時に、安心して助けを求められる環境をつくるのが、子どもの自己肯定感や防犯意識を育てます。

プライベートゾーンって なに？

※子どもたちに見せてお使いください。



けんこう
くまちゃん

からだの とくに
たいせつな ところを
プライベートゾーンと
いうよ！



プライベートゾーンは
みずぎで かくれる
ところと ぐちだよ



みせたり さわらせたり
みたり さわったり
しないよ

家族でも勝手に見ない・触らない

「家族だから」と子どものプライベートゾーンを、同意なく見たり触ったりしないことが大切です。入浴や着がえ、薬を塗る時などに「これから〇〇するね」と、声をかけてから行うようにします。また、排泄した後は、しっかり拭いたり、入浴時には優しく洗って、プライベートゾーンをいつも清潔にしておくことを伝えてください。

幼児が自分自身を守るための「^ノ・^ゴ・^テ^ルNO・GO・TELL」

子どもたちが自分を守るには、具体的な行動を身につけることが大切です。プライベートゾーンを見られた、触られた時はもちろん、「怖い・不安・痛い・腹が立つ・悔しい」などの、嫌なことをされた時は、「NO（嫌という）」、「GO（逃げる）」、「TELL（話す）」の3つの行動をとることを、くり返し伝えてください。家庭での練習が、子どもをトラブルから守ることにつながります。



^ノ
NO
いやと
いう

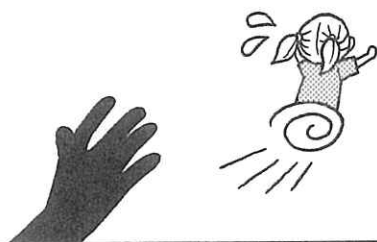
嫌なことをされたら、いわれたら、はっきり断る



嫌な時は、相手がだれでも「いや」「やめて」「助けて」ということを伝えます。家庭でも子どもがくすぐるのを嫌がったらやめるなど、おとなが「NO」を受け入れることが大切です。

^ゴ
GO
すぐに
逃げる

知っている人や身近な人でも、迷わず逃げる



「嫌だ」「怖い」と感じたら、すぐに逃げるように伝えます。知り合いや親戚であっても、違和感があれば離れて、できるだけ人の多いところに逃げるようにします。

^テ
TELL
信頼する
おとなに
話す

「内緒だよ」、「秘密だよ」といわれても話す



小さなことでも、信頼できるおとなに話すことをくり返し伝えます。もしも、「秘密にして」といわれても、守らなくてよい、怒られないと伝えることも大切です。

^ノ・^ゴ・^テ^ルNO・GO・TELLができなくても「あなたは悪くない」

嫌なことをされた時に、子どもが恐怖や混乱で声が出ない、動けないのは当たり前のことです。どんな状況でも、被害にあった子どもに責任はありません。子どもが、うまく逃げられなかった自分を責めないように、「何があってもあなたは悪くない、悪いのは100%相手」ということを伝え、安心して話せる環境をつくってください。