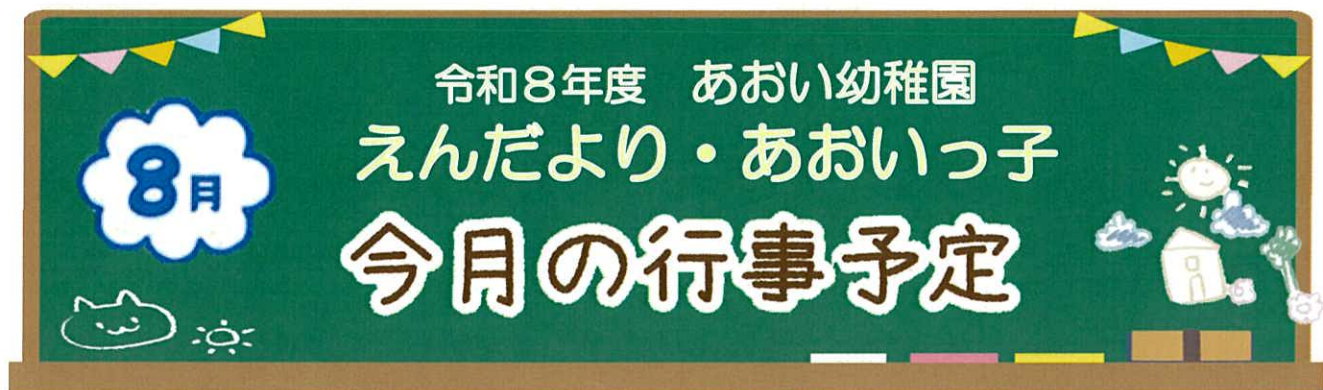




☆未満児とは0・1・2歳児クラス、以上児とは3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
8/31	【今後の予定】 9/1 2学期始業式 (1号認定午前保育) 9/12 ふるさと商工まつりin射水(年長児参加) 9/26 旧北陸道アートin小杉(年長児参加) 10/3 運動会(以上児のみ) 10/16 年長児園外活動(砺波青少年自然の家) 10/28.29.30 保育参観(現時点での年齢ごとの日程は未定)				1	2
3	4	5	6 職員研修会	7 職員研修会	8	9
10	11  山の日	12 お盆 特別保育	13 お盆 特別保育	14 お盆 特別保育	15	16
17	18	19	20 職員研修会	21 職員研修会	22 職員研修会	23
24 夏期保育 1号認定午前保育 発育測定 防犯訓練	25 夏期保育 誕生会 交通安全指導 避難訓練 1号認定午前保育 特別保育 申込締切日	26 入園説明会 18:00～	27	28	29 職員研修会	30

7/27、28、8/24、25 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。

7/28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。

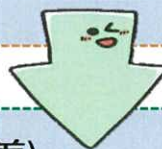
お迎え後は安全に留意し速やかに降園していただきますよう、
ご協力をお願いいたします。



以上児さんへ
のお知らせ

7/27、8/24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)



ビーチサンダル・プールバック (水着)



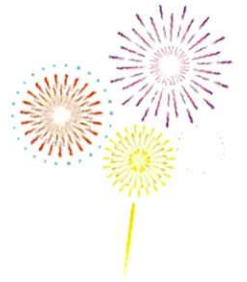
※水遊びの有無については「プール・水遊びチェック表」に記し
お知らせください! バス利用の方は乗車時に職員にお申し出ください!

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。





連日暑さが続いています、1学期の締めくくりの時期となりました。
この暑さの中でも子供たちは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（火）を予定しています。





生かせいのち



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て欲しい。

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、
いたわりの気持ちがもてる～

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

- ・暑さに負けず、健康に過ごそう！
- ・水遊びを通して、水の心地よさを感じよう！
- ・身の回りの物や人に関心を持って
かかわってみよう！

2歳児 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！

3歳児 さくらぐみ

- ・水、プール遊びなど、夏ならではの遊び
を思い切り楽しみ、水の心地よさや解放
感を味わおう！
- ・夏の暑さに負けず、元気に過ごそう。
～よく食べ、よく遊び、よく寝て、
元気な体をつくろう～

4歳児 すみれぐみ

- ・夏ならではの遊びを思いきり楽しもう！
～水の心地よさを全身で味わおう～
- ・いろいろなことに進んでチャレンジ！
～掃除・机拭きなどお手伝いできるかな？～
- ・暑い夏を元気に過ごそう！
～早寝早起き・なんでも食べて丈夫な体
をつくろう！～

5歳児 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？自分で探してやってみよう！～
- ・水分補給や汗の始末を積極的に行い、
夏を健康で元気に過ごすための生活
習慣を身に着けよう。

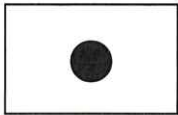


8月 献立カレンダー



毎月19日は
食育の日

令和8年8月
射水市子育て支援課
おいしい幼稚園

月	火	水	木	金	土
8/31	 8月31日は やさいの日	【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。 26日(水)は「小松菜」、 27日(木)は「かぼちゃ」です。		日付	1
牛乳・きなこもち (ごはん) 鮭の豆乳ソースかけ コロコロサラダ 水菜のスープ やさいゼリー 牛乳・おとうろくさんのかりんとう(三二五んごき)				主 食  (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	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・お菓子
3 (卵・乳・小麦なし)	4	5 ◎きときとの日	6	7	8
にんじんゼリー (ごはん) 鮭の塩焼き 梅風味和え 筑前煮 きになる野菜(白ぶどう)・☆フライドポテト	牛乳・チョイス (ごはん) えびフリッター 三色和え ひじきちゃんパスタ	牛乳・ほしのおせんべい (ごはん) ラタトゥイユ ブロッコリーの塩ゆで わかめスープ	牛乳・ねじねじ (ごはん) 魚のカレー風味あんかけ 粉ふき芋 キャベツのみそ汁	コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) 鶏のから揚げネギソースかけ キャロットラペ コンソメスープ	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 りんごジュース・お菓子
10	11	12	13	14	15
みかん缶 (ごはん) 白ねぎチャブチェ グリーンサラダ 卵とコーンのスープ 牛乳・マリービスケット	 山の日	幼児牛乳・まんまるソフトせん (ごはん) タンドリーチキン ドレッシング和え そうめん汁 ジョア(マスカット)・ソフトせんべい	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(アップル)・お菓子	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 幼児ぶどう・お菓子	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 りんごジュース・お菓子
17 (卵・乳・小麦なし)	18	19	20	21	22
ベジタブルせんべい (ごはん) 鶏肉の照焼き ぼてちっちゃサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 ☆あわせるゼリー	牛乳・鉄塩せん (ごはん) あじフライ マカロニサラダ 星の子スープ 牛乳・梨	ヨーグルト (ごはん) 厚焼き玉子 ゆかり和え 肉じゃが 牛乳・カルテツサブレ	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 牛乳・味しらべ	牛乳・花花せんべい (ごはん) ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう 豚汁 牛乳・Hi! ガッキー	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(白ぶどう)・お菓子
24	25 ●誕生会 	26	27 ◎きときとの日	28	29
牛乳・ムーンライト (ごはん) 魚のみそマヨかけ キャベツのごま和え ◆そうめんとなすのみそ汁 ☆ヨーグルト和え	牛乳・アンパンマンの幼児用ビスケット コーンライス ボイルウィンナー きゅうりのあっさり漬け かきたまスープ  いちごアイス  幼児牛乳・白えびもち焼	牛乳・ミレービスケット (ごはん) かぼちゃコロッケ こまった菜おいしい菜 豆腐となめこのみそ汁 牛乳・豆乳ウエハース	牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) キャベツとツナの卵炒め やみつきブロッコリー 春雨スープ 牛乳・☆クリーミーかぼちゃ	牛乳・むらさきいもせんべい (ごはん) チキンチャップ ごま和え 五目スープ 牛乳・ソフトサラダ	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 りんごジュース・お菓子

※飲み物がない日はお茶が付きます

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

射水市では、健康寿命の延伸を目指すため、食生活を見直して毎日小鉢5皿以上の野菜料理を食べる市民を増やす活動を行っています。

い み ず し
♪ やさいをふやそう 1-3-2-4



1番はじめは野菜から ♪

食物繊維が多い野菜を、食事のはじめに食べると、肥満や高血糖の予防に効果的！

3食たべて、バランスよく ♪

食事を抜くと、野菜の摂取量も不足します。1日3食、バランスよく食べましょう。

2皿の野菜料理を、朝・昼・夕に ♪

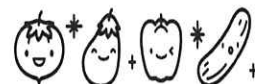
1日の野菜摂取目標量は350g。小鉢5皿を目安に食べましょう

4 (し) る物は1日1杯、具だくさん ♪

野菜たっぷりの汁物は、野菜料理1皿分に。うまみ・甘み・栄養素が溶け込んで、減塩でもおいしい！



いみずでとれる きときとの やさい を たべよう！



きときとの目



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「クリーミーかぼちゃ」

●材料(1人分)

- ・かぼちゃ 50g
- ・揚げ油
- ・練乳 20g

●作り方

- ① かぼちゃは、一口大に切る。
 - ② 揚げ油をあたため、①をいれ、カリっとするまで揚げる。
 - ③ 粗熱がとれたら、練乳をからめる。
- ※かぼちゃが崩れそうな場合は、練乳を上からかける

金山保育園の
給食先生考案！

いつもの大学芋をアレンジ！カリカリホクホクのかぼちゃの甘みが口いっぱいに広がります。
つくってみた感想、アレンジ方法等、園に教えてください。



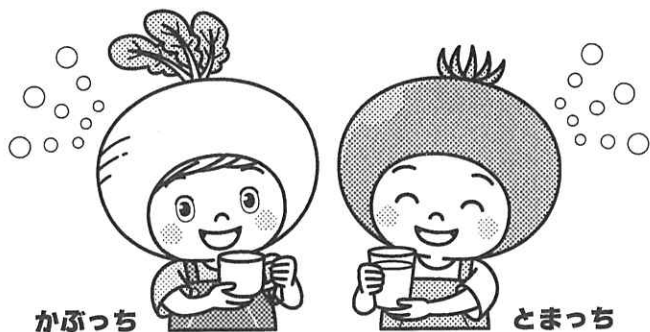
【クイズ】 かぼちゃはどこにできるのでしょうか？

- ①つちのなか ②つちのうえ ③きにできる

答えは下にあります

たのしくたべようニュース

こまめに**水分補給**をしよう



かぶっち

とまっち

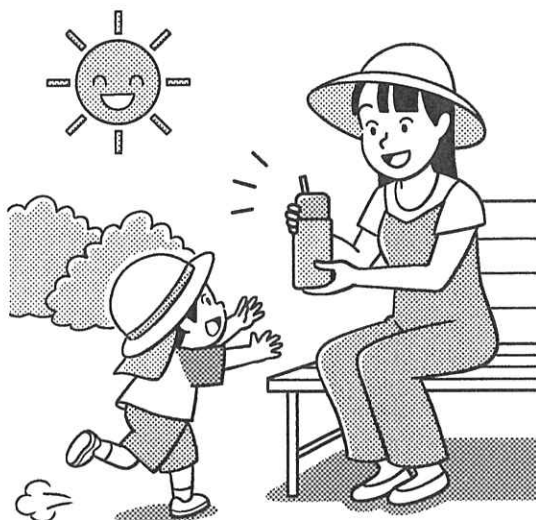
子どもはおとなより脱水や熱中症になりやすく、遊びに夢中になると、のどのかわきに気づかないこともあります。こまめに水分補給をさせることが大切です。

外出前や遊んでいる時にも、水分補給をする習慣をつけましょう。

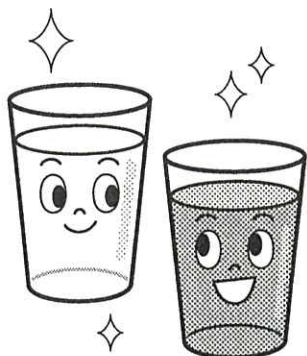
子どもの水分補給のポイント

- ①少量をこまめに飲ませましょう。
- ②子どもが飲みたい時に自由に飲める環境にしましょう。
- ③15～20分ごとに声をかけて飲ませましょう。

一度に多く水分をとると体内に保持されにくいので、少量をこまめに飲ませます。水筒を用意していつでも飲めるようにし、遊びに夢中な時は、水分をとるようにおとなが声をかけましょう。



飲み物は水や麦茶を



子どもたちのふだんの水分補給には、水や、カフェインを含まない麦茶を選びましょう。甘いジュースや乳酸飲料などの清涼飲料をふだんから飲んでいると、糖分のとり過ぎになったり、むし歯になりやすくなったりするので注意が必要です。



室内でも 水分補給を忘れずに

脱水や熱中症は、屋外だけではなく室内でも起こります。汗をかいていなくても、体内の水分は失われているので注意が必要です。



飲みかけのペットボトル 食中毒に注意

直接口をつけたペットボトルの飲み物には、口の中の細菌が入って増え、食中毒の原因になることがあります。糖分の多い飲料は高温で細菌が増えやすく、注意が必要です。早めに飲み切るようにしましょう。



朝ごはんで水分もチャージ！

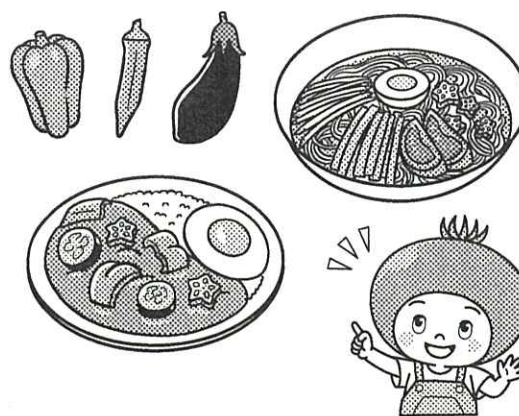


朝ごはんは、エネルギーや栄養素を補給すると同時に、水分の補給にもなります。ごはんやみそ汁、果物、野菜などには水分が多く含まれています。朝食を食べないと、体の水分が不足した状態で活動を始めることになります。朝ごはんを食べて、元気に1日をスタートしましょう。

夏野菜をトッピング

夏野菜には、水分やビタミン、ミネラルが多く含まれています。そうめんやレトルトカレーに、トマトやきゅうり、なす、オクラなどの夏野菜をトッピングすると、栄養価が高まります。

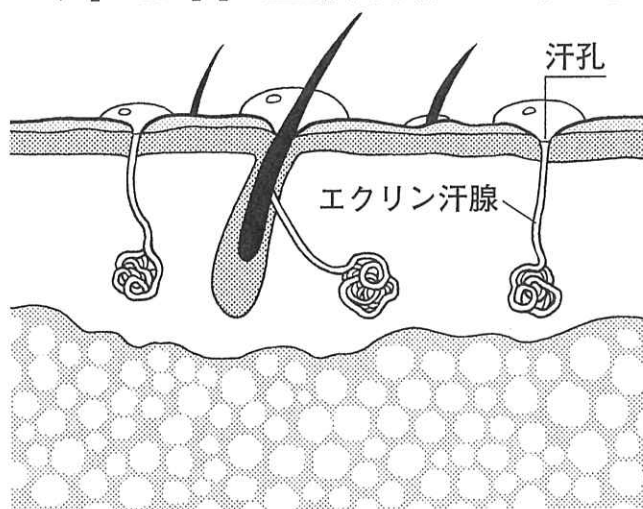
旬の野菜を取り入れて、元気に過ごしましょう。



汗のケアで皮膚トラブルを防ごう

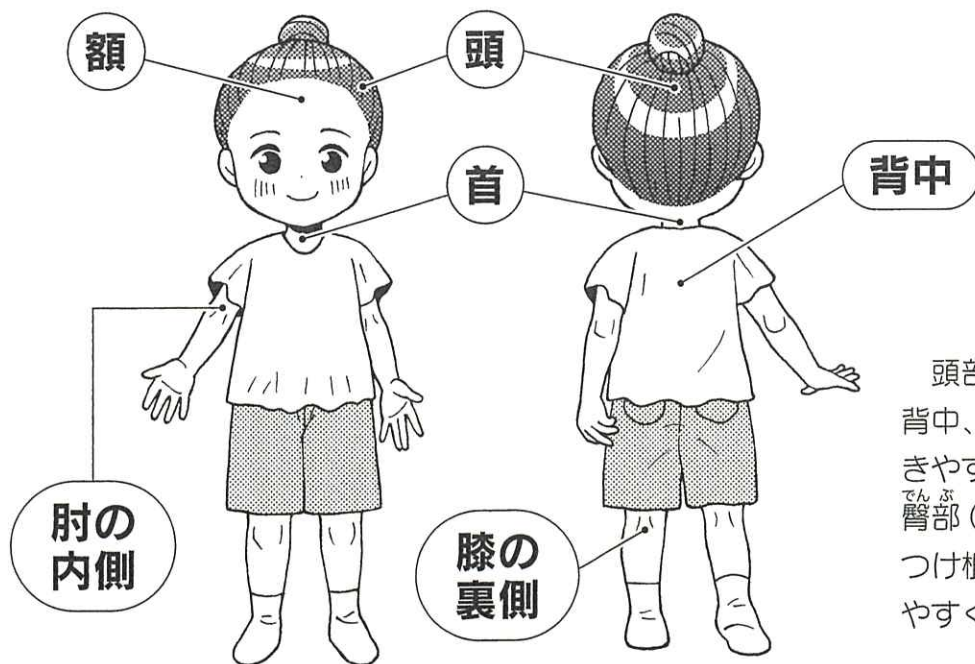
夏場、特に子どもは、たくさん汗をかきます。子どもの肌はデリケートなので、皮膚トラブルを招かないためにも、日頃からのこまめなケアが必要です。

汗と体温調節の仕組み



皮膚の働きのひとつに、体温調節があります。体内では絶えず熱をつくっているので、皮膚はその熱を体外に放出する役割をします。暑い時にかく汗は、全身に分布しているエクリン汗腺から分泌され、汗孔から体表に出ます。体温が上昇している時は、毛細血管を流れる血液の量を増やして熱の放出を大きくしながら体表に汗の分泌を増やし、気化熱によって体表の温度を下げています。

子どもが汗をかきやすい場所



頭部、額、首、肘の内側、背中、膝の裏側などが汗をかきやすいところです。また、でんぶ臀部（おしり）や^{そけいぶ}鼠蹊部（足のつけ根）も、かいた汗がたまりやすくなります。

汗をかいた時は……



汗には、水分以外にも塩分が含まれています。汗の塩分を皮膚に残したままにしておくと、皮膚トラブルの原因にもなります。塩分を残さないようにするためにも、汗をたくさんかいた時にはシャワーで流すようにします。外出先などでは、アルコール不使用のウェットタオルなどで汗をかいた部分を拭きます。そして、ぬれた肌着は着がえさせるようにしましょう。

…………… 注意したい皮膚トラブル ……………

あせも^{かんしん}(汗疹)



原因 汗腺に、皮膚のあかや汚れなどが詰まることで起こります。

症状 一般によく見るあせもは、「紅色汗疹」で、炎症を起こして、かゆみが生じます。

対応 軽度であれば、シャワー浴をして、皮膚を乾燥させます。冷やしたタオルで皮膚を冷却することで、炎症を予防することができます。赤みやかゆみ強い時は、小児科や皮膚科を受診し、外用薬を処方してもらいます。

とびひ^{でんせんせいろうかしん}(伝染性膿痂疹)



原因 あせもなどをかいてできた傷に細菌が入り、そこをかき壊すことで膿^{うみ}が爪に付着し、手が触れた部分に新たな発疹ができ、とびひとなります。

症状 皮膚は、赤くじくじくして、かゆみが強くなります。

対応 とびひを予防するためには、あせもや虫刺されをかかないことです。とびひになってしまったら、外用抗菌薬を塗り、患部をガーゼなどで覆い、触らないようにします。

アトピー性皮膚炎がある子どもたちは……

皮膚のバリア機能が弱いので洗い過ぎに注意し、シャワーの際の石けんの使用は1日1回にとどめます。汗を流す時は、ぬるま湯を浴びるだけにします。スキンケアもていねいに行います。