



夏季保育	7月1日～ 8月31日	「夏季保育のお知らせ」をよく読んで、ご準備ください。
七夕集会・ お誕生日会	7日（火）	夏の作物の豊作を願ったり、夜空や星座に関心を持てるように、ホールに集まって七夕の由来やお話を聞きます。
夏祭り	20日（月） ～22日（水）	今年の夏祭りは、新型コロナウイルス感染症予防のため、これまでのような全園児と保護者が集まったの夏祭りは行わず、3密を避けるために保育時間中に縦割りのスノーピー、はなかつぱ、プーさんの3グループやクラスごとに分かれて、まるで本物の縁日の屋台そっくりのかき氷、焼きそば、たこ焼きなどのお店や輪投げ・ボーリングなどのゲームコーナーを3日間かけて楽しみます。 20日には、幼児クラスは給食もホールで他のクラスのお友だちといただきます。

- 今月のふじ・さくら組の体操教室は、すくすくランド・いずみこども園で行います。
きく組の体操教室は、毎月いずみこども園で行います。

🌸 7月 🌸 生まれのおともだち

<p>赤ちゃん</p> <ul style="list-style-type: none"> • <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>	<p>うめ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>ゆり</p> <ul style="list-style-type: none"> • <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>
<p>きく</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • • 	<p>さくら</p> <ul style="list-style-type: none"> • • 	<p>ふじ</p> <ul style="list-style-type: none"> • •

今月のねらい

- ・七夕の行事を通して、星や宇宙に興味や関心を持ちましょう。
- ・きまりや約束を守って、楽しく水遊びをしましょう。





7月号
R2. 6. 25

新型コロナウイルス感染症予防のために、長い間登園自粛や送迎の際のマスク着用など、保護者の皆様には様々なご協力をいただき、たいへん感謝しております。

自粛の要請が解除になった6月から、子どもたちの元気な姿が見られるようになりました。園では友だちや先生と関わって会話を楽しみ、元気いっぱい遊んでいます。

例年通りであればプール遊びが始まる時期ですが、プールで密になる状況は避けなければなりませんので、今年はシャワーや散歩などによる水遊びで対応したいと思います。

夏祭りなど子どもたちの楽しみにしている行事についても、感染症はまだまだ油断できませんので、園としては3密にならないように工夫しながら、子どもたちが楽しめるように取り組んでいこうと思います。

また体調を崩しやすい時期ですので、健康管理には十分に気をつけて、夏ならではの遊びを楽しみながら、元気に過ごせるようにしたいと思います。



お知らせとお願い

- ◇ 夏季保育の間は、園庭遊びの際もはだしで過ごしますが、園外へ出るときなど日によっては靴を使用しますので、履きなれた運動靴を履いてきてください。
- ◇ 7月10日に7月分の保育料・諸費の口座振替をさせていただきます。前日までに入金をお願いします。

日	曜	7月の行事予定
1	水	水遊び開始
2	木	
3	金	体操教室（ふじ・さくら） スポーツ教室
4	土	
5	日	
6	月	身体計測
7	火	七夕集会・お誕生日会 サッカー教室
8	水	
9	木	体操教室（きく）
10	金	体操教室（ふじ・さくら） スポーツ教室
11	土	
12	日	
13	月	お弁当日 歯ブラシ持参日
14	火	サッカー教室
15	水	
16	木	
17	金	体操教室（ふじ・さくら） スポーツ教室
18	土	
19	日	
20	月	夏祭り
21	火	↑ ↓ サッカー教室
22	水	
23	木	海の日
24	金	スポーツの日
25	土	
26	日	
27	月	お弁当日 歯ブラシ持参日
28	火	避難訓練
29	水	
30	木	体操教室（きく）
31	金	体操教室（ふじ・さくら）



暑い夏、こまめに水分補給を!!

これから熱中症が心配な時季になります。「のどが渴いた…」と思った時には、すでに体の水分は不足しているので、こまめに水分補給をすることが大切です。

人間の体重の約6~7割が水分です。水は体の中で栄養物質を運んだり、体に不要なものを汗や尿として外に出すときに欠かせません。さらに、汗をかくことで体温が調節されます。

水や麦茶が水分補給に適していますが、冷たすぎると胃腸の働きを弱めてしまうので、5~15℃くらいが適温です。



夏の健康づくりに夏野菜

暑い時には、そうめんや冷ややっこなど口当たりの良いものを食べたくなりますね。でも、冷たいものばかり食べ過ぎていると、胃腸の調子が崩れて栄養がかたより、夏バテしやすくなります。

夏を元気に乗り切るために、夏野菜を食べてパワーをつけましょう!



- きゅうり** カリウムが多く、体のミネラルバランスをとるのに役立ちます。
- トマト** リコピンが多く、食欲増進や疲労回復に役立ちます。
- ピーマン** ビタミンCやカロテンが豊富で、完熟した“赤ピーマン”はさらに栄養豊富です。
- かぼちゃ** 栄養価が高く、「野菜の優等生」と呼ばれています。

給食でも「ベーコンとトマトのスパゲティ」「豚肉とかぼちゃの煮物」「牛肉の夏野菜炒め」など、夏野菜をたっぷり使ったメニューを提供します。

今月の食育の様子



<ふじ組 みそ作り 天地返し>



<きく組 梅シロップ作り>



<さくら組 梅干し作り>





がつ 7 月の 献立 こん だて

月 火 水 木 金 土

おやつ			1	2	3	4
			ベーコンとトマトのスパゲティ	ご飯	どうもろこしご飯	ワンタンラーメン
			サーモン豆乳スープ	鶏肉の香り焼き	すき焼き風煮	キャベツのコーン煮
				キャベツとさつま揚げのごま和え	茄子の味噌汁	
				青菜の澄まし汁		
			フライドポテト	黒糖テーブルロール	ヨーグルト・米菓子	お菓子
	牛乳	チーズ・牛乳	牛乳	お茶		
6	お誕生会 7	8	9	10	11	
ご飯	ゆかりご飯	焼きうどん	ご飯	ご飯	鮭炊き込みご飯	
麻婆豆腐	七夕シチュー	わかめスープ	白身魚フライ	鯖の塩焼き	八宝菜	
大根スープ	ツナサラダ		マカロニサラダ	大豆とひじきの煮物		
			オニオンスープ	冬瓜の澄まし汁		
おやつ	マフィン	フルーツポンチ	じゃこおにぎり	ゆでどうもろこし	ゼリー・米菓子	お菓子
	牛乳	牛乳	チーズ・お茶	厚切りバウム・牛乳	牛乳	お茶
おやつ	13	14	15	16	17	18
		ご飯	ベーコンとトマトのスパゲティ	ご飯	どうもろこしご飯	ワンタンラーメン
	お弁当	豚肉と南瓜の煮物	サーモン豆乳スープ	鶏肉の香り焼き	すき焼き風煮	キャベツのコーン煮
	水筒(幼児のみ)	素麺の澄まし汁		キャベツとさつま揚げのごま和え	茄子の味噌汁	
				青菜の澄まし汁		
	(幼児)わらび餅・ビスケット ヤクルト	すいか・米菓子	味噌ポテト・クラッカー	黒糖テーブルロール	ヨーグルト・米菓子	お菓子
	(乳児)バナナ・ビスケット 牛乳	お茶	牛乳	チーズ・牛乳	牛乳	お茶
おやつ	20	21	22	23	24	25
	夏野菜カレー	ご飯	焼きうどん			鮭炊き込みご飯
	バナナ	肉じゃが	わかめスープ	海の日	スポーツの日	八宝菜
	キャンディチーズ	オクラの味噌汁				
	(幼児)夏祭りセレクトおやつ	フルーツポンチ	(幼児)たこせん・牛乳			お菓子
	(乳児)ビスコ・えびせん りんご&にんじんジュース	牛乳	(乳児)ゼリー・米菓子			お茶
おやつ	27	28	29	30	31	
		ご飯	ベーコンとトマトのスパゲティ	ご飯	ご飯	
	お弁当	豚肉と南瓜の煮物	サーモン豆乳スープ	鶏肉の香り焼き	牛肉の夏野菜炒め	
	水筒(幼児のみ)	素麺の澄まし汁		キャベツとさつま揚げのごま和え	切干大根のスープ	
				青菜の澄まし汁		
	(幼児)わらび餅・ビスケット ヤクルト	すいか・米菓子	味噌ポテト・クラッカー	黒糖テーブルロール	ヨーグルト・米菓子	
	(乳児)バナナ・ビスケット 牛乳	お茶	牛乳	チーズ・牛乳	牛乳	

※赤ちゃん(普通食・離乳食完了期)、うめ組、ゆり組は毎週金曜日の朝おやつに牛乳100ccを飲みます。

※主食持参の方は種を除いた献立になります。