

雨上がりの青空は、夏の訪れを感じさせます。今年の梅雨明けは、平年に比べて大きな差がなさそうですが、九州から関東甲信にかけては、本格的な夏の到来が少し早まる可能性があるそうです。

7月に入ると、子どもたちが楽しみにしている水遊びがいよいよ始まります。園では、水とふれあう楽しさ・気持ちよさを体験できるように、各クラス目標を持って水遊びやプール遊びに取り組めます。この季節は気温が変わりやすいので、毎日の体温測定と、お子様の体調確認をよろしくお願いいたします。また、暑い夏を元気にのりきるため「早寝早起き！朝ごはん！」と、ご家庭でも規則正しい生活リズムを大切にしていいただければと思います。

2023/7/1

7月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 プール開き 夏季保育開始	4 身体測定 サッカー	5 誕生会・七夕集会	6	7 体教スポ教	8
9	10 	11 サッカー	12	13 きく体教	14 体教スポ教	15
16	17 海の日	18 サッカー	19	20	21 体教スポ教	22
23	24 	25 サッカー	26	27 きく体教	28 体教スポ教	29
30	31					



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。
- ◇ 水あそびやプールあそびは、送迎表の未記入や持ち物忘れがあると行えません。毎朝、検温・送迎表の記入を必ず行い、忘れ物の無いよう確認をお願いします。
- ◇ 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いたします。(保育料・給食費の未定の方は、諸費のみの請求となります。確定後に改めて清算いたします。)



7月の主な行事予定

3日(月)～ 夏季保育 「夏季保育のお知らせ」をよく読んで、ご準備ください。
8月31日

3日(月) プール開き 天候、気温、教育・保育案などにより、水遊び・プール遊びを行います。



5日(水) 七夕集会・ 夏の作物の豊作を願ったり、夜空や星座について関心を持
お誕生日会 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。

避難訓練 毎月1回、月末頃に、火災・地震・不審者侵入などを想定して、訓練を行います。

体操教室 今月の体操教室・スポーツ教室は、いずみこども園で行います。

7月のお誕生日おめでとうございます。



赤ちゃん ・	うめ ・ ・	ゆり ・ ・
きく 	さくら ・ ・ ・	ふじ 

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。
- ・決まりや約束を守って、楽しく水遊びをしましょう。



7月給食献立

日付	曜日	1・2歳 午前おやつ	献立名	材料	おやつ
1	土	せんべい	御飯	米	せんべい
		野菜家族	高野豆腐と牛肉の煮物	牛肉、高野豆腐、たまねぎ、ピーマン、にんじん、混合削り節、ごらめ糖、しょうゆ(こいくち)、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、水	星たべよ
			キャベツの味噌汁	キャベツ、にんじん、混合削り節、淡色みそ	クラッカー
					チーズクラッカー
3	31 月	ビスケット	御飯	米	ぶどう寒天ゼリー
		マンナビスケット	さばの塩焼き	さば	ぶどう濃縮果汁、水、もも缶(黄桃)、かんてん、砂糖
			切干大根と油揚げの煮物	切り干しだいこん、たまねぎ、油揚げ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ごらめ糖、しょうゆ(こいくち)、しょうゆ(うすくち)、みりん、油	牛乳
			冬瓜のすまし汁	とうがん、鶏もも肉、にんじん、葉ねぎ、混合削り節、しょうゆ(うすくち)、油	
4	18 火	せんべい	御飯	米	米粉の抹茶蒸しパン
		ハイハイン	ラトウイユ	鶏もも肉、たまねぎ、なす、ズッキーニ、黄ピーマン、赤ピーマン、ホーホトマチ粉、おろしにんにく、砂糖、コンソメ、ケチャップ、オリーブ油、水	米粉、ベーキングパウダー、抹茶、豆乳、砂糖、油
		牛乳	マカロニサラダ	マカロニ、ツナ、きゅうり、にんじん、粒コーン、わりごま、しょうゆ(うすくち)、砂糖、りんご酢	牛乳
5	19 水	パン	御飯	米	フルーツヨーグルト(パン・みかん)
		スティックパン	鶏の照り焼き	鶏もも肉、砂糖、しょうゆ(こいくち)、みりん、片栗粉	ヨーグルト(無糖)、砂糖、みかん缶、パン缶
			野菜のカレーマリネ	きゅうり、にんじん、キャベツ、粒コーン、砂糖、酢、カレー粉、油	お茶
			(5日)セタにゆうめん (19日)オクラにゆうめん	そうめん、にんじん、オクラ、粒コーン、混合削り節、しょうゆ(うすくち) そうめん、にんじん、オクラ、粒コーン、混合削り節、しょうゆ(うすくち)	
6	20 木	せんべい	御飯	米	パウムクーヘン
		お子様せんべい	肉じゃが	牛肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、おこんにやく、グリーンピース(冷凍)、混合削り節、ごらめ糖、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ(こいくち)、みりん、油、水	厚切りパウム
		牛乳	茄子の味噌汁	なす、油揚げ、にんじん、混合削り節、淡色みそ	すいか
					牛乳
7	21 金	ウエハース	鮭炊き込みご飯	米、鮭フレーク、にんじん、油揚げ、鶏がらスープ、塩	せんべい
		マンナウエファー	八宝菜	豚肉、はくさい、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、にんじん、ピーマン、鶏がらスープ、しょうゆ(うすくち)、片栗粉、ごま油、水	えびちび
					バナナ
					牛乳
8	22 土	せんべい	ナポリタン	スパゲティ、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム缶、ケチャップ、砂糖、コンソメ、オリーブ油	パイ
		野菜家族	コンソメスープ	じゃがいも、粒コーン、パセリ粉、コンソメ、塩	源氏パイ
					クラッカー
					黒ごまクラッカー

※天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

※給食室前に給食を展示しています。また給食のレシピも配布しているので、ご家庭でご活用下さい。

※夏場はお弁当の衛生管理が難しい為、夏季保育中(7・8月)の第2・4週のお弁当はいりません。園より給食を提供します。

日付	曜日	1・2歳 午前おやつ	献立名	材料	おやつ	
10	24	月	ビスケット	ツナピラフ	米、ツナ、にんじん、コンソメ、パセリ	ドーナツ
			マンナビスケット	ポーケビーンズ	豚肉、たまねぎ、大豆(ゆで)、じゃがいも、にんじん、グリーンピース(冷凍)、ホールトマト缶詰、ケチャップ、砂糖、コンソメ、油	ジャージー牛乳ドーナツ
						クラッカー
						あたり前田のクラッカー
					(幼児)ジョア(ブルーベリー) (乳児)牛乳	
11	25	火	せんべい	御飯	米	ゆでとうもろこし
			ハイハイ	糖の味噌照り焼き	さくら、酒、淡色みそ、みりん、砂糖、おろししょうが、片栗粉	とうもろこし
			牛乳	ツナとひじきのサラダ	ひじき、ツナ、きゅうり、にんじん、粒コーン、砂糖、しょうゆ(うすくち)、りんご酢、オリーブ油	ビスケット
				じゃが芋の味噌汁	じゃがいも、油揚げ、葉ねぎ、混合削り節、淡色みそ	ビスコ
					牛乳	
12	26	水	パン	夏野菜カレー	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、なす、赤ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム缶、パネトカスター(甘口)、牛乳、油、水	きな粉豆
			スティックパン	リンゴゼリー	りんごゼリー	大豆(ゆで)、砂糖、きな粉、砂糖
						クラッカー
						野菜クラッカー
					牛乳	
13	27	木	せんべい	とうもろこし飯	米、とうもろこし、塩	じゃこわかめおにぎり
			お子様せんべい	麻婆茄子豆腐	豚肉、木綿豆腐、なす、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、砂糖、赤みそ、しょうゆ(うすくち)、醤油スープ、片栗粉、ごま油、水	米、しらす干し、わかめふりかけ
			牛乳			お茶
14	28	金	ウエハース	味噌煮込みうどん	うどん、鶏もも肉、たまねぎ、かまぼこ、にんじん、油揚げ、ねぎ、混合削り節、淡色みそ、しょうゆ(こいち)、水	パン
			マンナウエファー	白和え	ほうれんそう、絹ごし豆腐、糸こんにゃく、ねりごま、すりごま、ひじき、砂糖、しょうゆ(うすくち)	黒糖テーブルロール
						チーズ
						棒チーズ
					牛乳	
15	29	土	せんべい	御飯	米	せんべい
			野菜家族	高野豆腐と牛肉の煮物	牛肉、高野豆腐、たまねぎ、ピーマン、にんじん、混合削り節、ざらめ糖、しょうゆ(こいち)、しょうゆ(うすくち)、みりん、油、水	アンパンマンのソフトせんべい
				キャベツの味噌汁	キャベツ、にんじん、混合削り節、淡色みそ	クラッカー
						チーズクラッカー

夏の過ごし方



今年も暑い夏がやってきました。夏バテにならずに元気に過ごせる方法をご紹介します。

- ① **朝ごはんを食べる**⇒朝ごはんを食べる事で、頭の中も体も元気になり、やる気が出ます。
- ② **早寝早起きをする**⇒暑さで疲れた体を休ませる為にしっかりと寝ると次の日元気に過ごせます。
- ③ **お茶やお水を飲む**⇒汗で流れた水分を取り戻すことができます。ただし、ジュースは砂糖が多く含まれている為、摂り過ぎには注意です。
- ④ **旬の夏野菜・果物を食べる**⇒夏の野菜や果物を食べると熱い体を冷やしてくれます。

(旬の野菜・果物⇒トマト・きゅうり・ピーマン・オクラ・ナス・すいか など)

