



じょうぶな子、げんきな子

今年の梅雨は長雨で不安定な気候が続いていましたが、だんだん暑い夏の気配がしてきました。子ども達の大好きなプールはコロナの影響で例年の様に思い切りはできませんが、予防を第一に考え、今できる水遊びを楽しんで行っていきたくと思います。毎日の生活表での体調チェックは忘れず記入して下さい。睡眠不足や体の疲れが熱中症や夏風邪の引き金になります。こまめな水分補給と普段からの体調管理を心がけましょう。新型コロナウイルス感染者も都内、県内にてまだ増加傾向にあります。保育園においても気を引き締めしっかりと予防をしていきたくと思います。



8月の保育について

先日、8月中の保育の予定を出して頂きましたが、予定が変わり、お休み出来る日がありましたら、必ずお知らせください。土曜日及び7日(金)～21日(金)の期間は、家庭保育のご協力を宜しくお願い致します。



8月の行事予定

8月

- 3日(月) 避難訓練(台風)
 - 4日(火) 体育指導日
 - 6日(木) 英語教室
 - 7日(金) ゆり組・おたのしみデー
 - 10日(月) **山の日 休園**
 - 18日(火) 体育指導日
- ※今年は8月も体育指導を行います。

- 20日(木) 身体測定
絵本・納入袋配布
- 25日(火) 体育指導日
- 26日(水) 絵画教室 2歳児・3歳児
- 27日(木) 絵画教室 4歳児・5歳児
- 28日(金) 誕生会
- 31日(月) リトミック
園便り・献立表配布



今月の保育目標



- たんぽぽ** - 水遊びや沐浴をし、暑い夏を健康に快適に過ごす
一人ひとりが心地良いと感じるリズムで生活する
- もも** - 十分な睡眠・休養を取り、健康に過ごす
夏ならではの遊びに興味を持ち、遊びを楽しむ
- ちゅうりっぷ** - 一人ひとりの体調に留意し、夏を健康で快適に過ごす
約束事を守りながら水あそびを楽しむ
- さくら** - 夏の生活を知り、暑さに負けず元気に遊ぶ
夏の自然に触れながらプール活動等夏の遊びを楽しむ
友達と関わる中で思いを伝えながら楽しく遊ぶ
- ひまわり** - 約束を覚え、ルールを守りながら友達や保育者と水遊びを楽しむ
異年齢児や友達との関わり合いを楽しみながら過ごす
- ゆり** - 体育指導では自分なりの目標を持って楽しみながら参加する
行事や様々な経験を通して、自信を付けたり仲間意識を高める

お知らせとお願い

- 体調不良、食欲不振など変わった様子が見られたら、細かく伝え合い暑い夏を無理なく過ごしましょう。
- 持ち物すべてに大きくわかりやすい所に、名前を書いてください。
- 水遊びの健康表チェックは毎日忘れずに行ってください。
- 着替えが多くなる季節です。着脱しやすい衣類を多めに用意してください。持ち帰り用のビニール袋も忘れないでください。
- 暑さで疲れやすくなっています、体調管理をしっかりし、ご家庭でも十分に休息をとり規則正しい生活を心掛けましょう。



じょうぶな子、げんきな子

和（なごみ）通信 8月



たんぽぽ組 (0才児)

7月から全員が揃いとても嬉しく思います。
 久しぶりに登園したお友達は初めは泣いてしまう子もいましたが、徐々に園生活にも慣れ笑顔も沢山見られるようになりました。
 歌や手遊びが好きで、始まるととても嬉しそうにしている子どもたちです。
 梅雨の合間の晴れた日にはテラスや園庭に出て遊んだり、雨の日には園内の廊下をお散歩に行ったりと、気分転換しながら過ごしてきました。
 8月はいよいよ夏本番。水あそびや沐浴をしながら気持ちよく過ごしていきたいと思います。



さくら組 (3才児)

夏祭りでは心配されたお天気も持ち直し、園庭で行うことができました。
 盆踊りの練習を始めたころは恥ずかしさがあった子どもたちも、本番では楽しそうに踊る姿を見せてくれました。おみこしでの“うちわ隊”は、一生懸命練習を頑張ってきた子どもたち。とても上手に、可愛い姿を見せてくれました。
 8月はいよいよ水遊びが始まります。
 安全・衛生に気を付けながら、楽しんでいきたいと思ひます。



もも組 (1才児)

7月は雨や気温の低い日が続き水遊びをすることはできませんでしたが、園庭に出て元気に遊びました。
 ミストシャワーを浴びたり、シャワーでできた水たまりに足を入れてみたりと、水の感触を楽しみました。始めは苦手な子もいましたが、友達が楽しく遊んでいる様子を見て、次第に慣れてきて楽しそうに遊ぶ姿も見られました。また、外に出られない日は大型ソフト遊具で遊び体を動かしました。8月は水分補給をしっかり行い、水遊びをして涼みながら健康に過ごしていきたいと思ひます。また、食事や着脱など身の回りの事を自分でしたいという気持ちを大切に、満足感や達成感を感じられるようにしたいと思ひます。



ひまわり組 (4才児)

7月は雨降りの日が続き、夏祭り当日もお天気を心配しましたが、みんなの願いが通じ園庭で行うことができよかったです。途中、きれいな夕日で見ることができました。憧れのおみこし担ぎは毎日頑張つて練習したので、本番も堂々としていて頼もしかったです。
 盆踊りも元気いっぱい上手でした。
 何より子ども達が最後に楽しかった！と言ってくれたことが一番嬉しかったです。
 8月はいよいよ夏本番です。水分補給と休息を十分にとり、待ちに待った水遊びや夏ならではのあそびを楽しんでいきたいと思ひます。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

今月は、天気の悪い日が多かったです、晴れた日には、園庭に出て、ミストシャワーをくぐり、涼を感じながら元気一杯に遊ぶことが出来ました。
 また、野菜の成長を観察し、「トマト、赤いねー！緑だねー！」と言って、最近はお友達同士の会話も楽しんでます。
 雨の日は、ホールに行き、保育士が補助をしてマットででんぐり返しをしたり、うさぎやカエルに変身をして跳ねたり、かけっこをしたりしながら身体を十分に動かして活動しています。
 リトミックや絵画教室では、先生のお話に興味を持ち、目を輝かせて活動に参加している子供たちです！！



ゆり組 (5才児)

今月の始めは夏祭りに向け練習を頑張り、当日は皆元気いっぱい最後までやり遂げ、楽しい思い出を作ることができました。夏祭りが終わってからは、子どもたち自身が選んだあそびを自由に行いながらゆっくり過ごしました。その中で室内あそびのカプラでは、友達と協力しながら身長より高く積み上げ楽しんでいました。園庭あそびでは、クラス全体で「ドロケイ」を楽しみました。活動の中ではトラブルになることもありますが、なるべく自分たちで話し合い解決できるよう促しています。
 今年は「お泊り保育」ではなく「ゆり組・おたのしみデー」として夜8時まで通しで過ごしますが、今まで以上に友達とのやり取りを楽しみ、絆を深めていきたいと思ひます。



今月の給食レシピ

ホットク

【材料】 15個分

- ・ホットケーキミックス ……200g ・白玉粉 ……100g
- ・水 ……200cc ・こしあん ……120g ・サラダ油 ……適量

【作り方】

- ① ボウルに白玉粉、水、ホットケーキミックスの順に加え手で練る。
- ② ①にラップをかけて10分程度常温に置く。
- ③ ②の生地を等分し、あんこを包み平たくする。
- ④ 油をひいたフライパンに③を入れて両面焼く。
(途中膨らむのでフライ返しなどでつぶしながら焼く)



8月 給食献立予定表

(令和2年7月31日)
和ほいくえん

E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ	日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ
1 土	中華丼 すまし汁	豚肉、舞茸、玉葱、人参 白菜、うずらの卵 鶏がらスープの素 豆腐、万ねぎ	E 228/285 P 8.3/10.4 F 4.4/5.6 食塩 1.1	牛乳 クラッカー せんべい	17 月	鶏クリームライス トマトスープ オレンジ	人参、鶏肉、南瓜、玉葱 コーン、スキムミルク、バター 小麦粉、牛乳 トマト、ハム、卵、片栗粉	E 239/298 P 10.4/12.9 F 6.6/8.5 食塩 1.2	牛乳 クラッカー せんべい
2 日					18 火	雑穀米ご飯 魚の煮付け 三色ごま和え みそ汁	ごま、カラスカレイ、生姜 ほうれん草、人参、もやし ごま、カラスカレイ、生姜 大根、えのき	E 228/285 P 12.4/15.5 F 1.9/2.4 食塩 2.1	麦茶(0・1歳) ヨーグルト・せんべい 牛乳(2〜5歳) 青りんごゼリー
3 月	ツナご飯 豚肉とトマトの 和風サラダ みそ汁 パナナ	ツナ、豚肉、トマト ごま油 ほうれん草、生姜 じゃが芋、わかめ	E 279/349 P 10.1/12.6 F 4.9/6.2 食塩 1.7	牛乳 ビスケット せんべい	19 水	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ	焼豚、なると、万能ねぎ 卵、キャベツ、胡瓜、トマト チーズ 玉葱、わかめ、コンソメ	E 279/348 P 9.5/12.0 F 6.1/7.7 食塩 2.2	牛乳 ビスケット せんべい
4 火	雑穀米ご飯 ししゃもの黄金焼き 大豆サラダ みそ汁	ごま、ししゃも、粉チーズ カレー粉、小麦粉、大豆水煮 キャベツ、人参、ハム、コーン缶 マヨネーズ、小松菜、えのき	E 289/381 P 13.0/16.8 F 9.8/12.4 食塩 2.1	牛乳 南瓜マフィン	20 木	米ぬかふりかけご飯 鶏の照り焼き ひじきとツナのサラダ みそ汁	米ぬかふりかけ、鶏肉、片栗粉 キャベツ、人参、胡瓜 ひじき、ツナ、マヨネーズ 小松菜、油揚げ	E 352/478 P 14.8/18.5 F 13.8/17.3 食塩 2.6	牛乳(0・1歳) クラッカー・せんべい 牛乳(2〜5歳) ポップコーン
5 水	ふりかけご飯 鶏の香り焼き 胡瓜とトマトのナムル みそ汁	のりたま、鶏肉、玉葱 レモン、胡瓜、トマト、パセリ ごま油、鶏がらスープの素 大根、油揚げ	E 308/385 P 11.9/14.9 F 11.2/14.0 食塩 1.8	牛乳 クラッカー せんべい	21 金	茄子のミートソース スパゲティ フルーツヨーグルト たまごスープ	スパゲティ、茄子、豚肉、人参、玉葱 ピーマン、ケチャップ、ソース 片栗粉、ヨーグルト、みかん缶 りんご、卵、葱、コンソメ	E 270/337 P 10.5/13.1 F 4.2/5.2 食塩 2.1	牛乳 スナックスティックパン
6 木	ご飯 豚肉のケチャップ焼き ポテトサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉、玉葱、ケチャップ じゃが芋、人参、胡瓜 ハム、卵、マヨネーズ 葱、豆腐	E 325/407 P 14.8/18.5 F 7.8/9.8 食塩 2.4	麦茶(0・1歳) ヨーグルト・せんべい 麦茶(2〜5歳) フルーチェ・せんべい	22 土	焼肉丼 すまし汁	豚肉、生姜、キャベツ 玉葱 チンゲン菜、豆腐	E 259/324 P 10.0/12.6 F 7.0/8.8 食塩 1.5	牛乳 ビスケット せんべい
7 金	焼きそば ブロッコリーの ごま酢和え すまし汁	中華麺、豚肉、キャベツ もやし、人参、ピーマン、ソース ブロッコリー、竹輪、ごま ニラ、卵	E 250/313 P 10.9/13.5 F 6.2/7.9 食塩 1.8	牛乳 クラッカー せんべい	23 日				
8 土	冷麦 じゃが芋のそぼろ煮	冷麦、胡瓜、みかん缶 めんつゆ じゃが芋、鶏肉	E 319/399 P 11.1/14.0 F 3.4/4.4 食塩 3.9	牛乳 ビスケット せんべい	24 月	ご飯 豚肉の生姜焼き 青菜と豆腐和え みそ汁 オレンジ	豚肉、生姜、玉葱 ほうれん草、豆腐 ごま、ごま油 葱、わかめ	E 319/398 P 12.4/15.5 F 9.9/12.4 食塩 2.1	麦茶 ヨーグルト せんべい
9 日					25 火	鮭寿司 スパゲティサラダ なめこ汁	紅鮭、胡瓜、ごま、卵、のり サラスパ、りんご、ハム マヨネーズ、みかん缶 なめこ、葱、豆腐	E 331/414 P 10.5/13.3 F 9.5/11.9 食塩 1.7	牛乳 クラッカー せんべい
10 月	山の日				26 水	雑穀米ご飯 筑前煮 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁	ごま、鶏肉、蓮根、人参 蒟蒻、筍 小松菜、ハム、卵、ごま油 茄子、油揚げ	E 250/313 P 10.9/13.6 F 5.8/7.3 食塩 2.1	牛乳 ビスケット せんべい
11 火	発芽玄米ご飯 鮭の生姜焼き りんごサラダ みそ汁	ごま、鮭、生姜 キャベツ、胡瓜、人参 りんご さつま芋、ほうれん草	E 258/322 P 12.2/15.3 F 3.5/4.4 食塩 2.0	麦茶(0・1歳) ヨーグルト・せんべい 牛乳(2〜5歳) プリン	27 木	わかめご飯 鶏の唐揚げ プチトマト・ブロッコリー みそ汁	わかめ、鶏肉、片栗粉 小麦粉、にんにく、生姜 プチトマト、ブロッコリー、マヨネーズ 南瓜、玉葱	E 383/479 P 14.2/17.8 F 15.2/19.0 食塩 2.2	牛乳 豆乳もち
12 水	ご飯 豚肉のマーマレード焼き ポパイサラダ みそ汁	豚肉、マーマレードジャム ほうれん草、えのき なす、玉葱	E 310/387 P 11.3/14.1 F 9.9/12.4 食塩 1.9	牛乳 ビスケット せんべい	28 金	ロールサンド (ウインナー・ジャム) ポトフ バナナ	ロールパン、いちごジャム ウインナー、ケチャップ、ソース 玉葱、人参、じゃが芋、キャベツ ベーコン、コンソメ	E 363/404 P 16.1/16.8 F 18.8/18.9 食塩 2.7	牛乳 ふかし芋
13 木	カレーライス フレンチサラダ すまし汁	豚肉、人参、玉葱 じゃが芋、カレールー キャベツ、胡瓜 えのき、葱	E 328/410 P 7.8/9.8 F 10.1/12.6 食塩 3.0	牛乳 バナナ	29 土	冷やしうどん さつま芋の甘煮	うどん、トマト、胡瓜 めんつゆ、さつま芋	E 195/243 P 3.3/4.1 F 0.4/0.6 食塩 1.7	牛乳 クラッカー せんべい
14 金	煮込みうどん 竹輪の磯辺揚げ ヤクルト	うどん、しめじ、舞茸、葱 ほうれん草、油揚げ 竹輪、小麦粉、青のり	E 238/298 P 10.2/12.8 F 7.2/9.1 食塩 2.1	牛乳 ぶどうパン	30 日				
15 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、玉葱、葱 しめじ、舞茸 万能ねぎ、豆腐	E 223/279 P 9.1/11.4 F 3.5/4.4 食塩 1.4	牛乳 ビスケット せんべい	31 月	ひじきご飯 胡瓜とささみの ごまみそ和え みそ汁 パナナ	ひじき、人参、油揚げ 胡瓜、ささみ、もやし、ごま キャベツ、豆腐、コーン	E 312/390 P 10.6/13.2 F 4.2/5.3 食塩 2.2	牛乳 ビスケット せんべい
16 日					※  は新メニューです。				

※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
 ※栄養価表示について、未満児0〜2歳児、以上児3〜5歳児を表しています。また食塩の数値は以上児のものです。
 【冷たいもの食べすぎ・飲みすぎに注意！】
 暑いとい手が出てしまう冷たいものですが、冷たいものの摂りすぎはお腹を冷やして様々なトラブルを招きます。
 特にアイスクリームや炭酸飲料には砂糖が多く含まれ、食欲不振の原因にもなるため注意しましょう。

8月 離乳食 献立表

令和2年7月31日
和ほいくえん

日 曜	初期	中期 後期	離乳食・材料	完了期	日 曜	初期	中期 後期	離乳食・材料	完了期
		午後おやつ		午後おやつ			午後おやつ		
1 土				中華丼 すまし汁 牛乳 クラッカー・せんべい	17 月	お粥 南瓜煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏のクリーム煮 トマトスープ ヨーグルト・ビスケット	鶏肉、玉葱、南瓜 コンソメ、スキムミルク 煮干、鰹節、醤油 トマト、玉葱、片栗粉	鶏クリームライス トマトスープ オレンジ 牛乳 クラッカー・せんべい
									18 火
2 日					19 水	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 オニオンスープ ヨーグルト・クッキー	鶏肉、キャベツ、トマト コンソメ 玉葱、わかめ	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ 牛乳 ビスケット・せんべい
									20 木
3 月				お粥 じゃが芋煮 ほうれん草煮 野菜スープ	21 金	お粥 大根煮 さつまい煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のトマト煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、トマト、ほうれん草 コンソメ 煮干、鰹節、味噌、大根	うどん、玉葱、人参、なす 煮干、鰹節、醤油 ヨーグルト、みかん缶 りんご
									22 土
4 火				お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	23 日	お粥 人参煮 さつまい煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト・ビスケット	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜、えのき	うどん、キャベツ、人参 焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 牛乳 クラッカー・せんべい
									24 月
5 水				お粥 じゃが芋煮 ほうれん草煮 野菜スープ	25 火	お粥 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	ごはん みそ汁 豚肉のケチャップ焼き ポテトサラダ オレンジ 麦茶 ヨーグルト・せんべい
									26 水
6 木				お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	26 水	お粥 人参煮 小松菜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉じゃが みそ汁(豆腐、葱) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き 青菜と豆腐和え オレンジ 麦茶 ヨーグルト・せんべい
									27 木
7 金				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	28 金	お粥 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 牛乳 クラッカー・せんべい
									29 土
8 土				お粥 じゃが芋煮 ほうれん草煮 野菜スープ	29 土	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷麦 じゃが芋のそぼろ煮 牛乳 ビスケット・せんべい
									30 日
9 日				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	30 日	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 牛乳 クラッカー・せんべい
									31 月
10 月	山の日			お粥 じゃが芋煮 ほうれん草煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き 青菜と豆腐和え オレンジ 麦茶 ヨーグルト・せんべい
									※
11 火				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※
12 水				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※
13 木				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※
14 金				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※
15 土				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※
16 日				お粥 人参煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	31 月	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のコンソメ煮 みそ汁(大根) ヨーグルト・クッキー	鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐、葱	冷やうどん さつまいの甘煮 牛乳 クラッカー・せんべい
									※

※ は新メニューです。

※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
※アレルギー食は除去または代替えで対応しています。
※離乳食の塩分は0.5gを目安にしています。