



9月 園だより

鳴子清涼保育園



日が落ちるのが徐々に早くなり、夏の終わりを感じます。夕暮れ時には虫たちの鳴き声が楽しめるようになりました。

好奇心旺盛な子どもたちは小さな虫たちが奏でる音色に興味津々、「リーンリン」「コロコロ」と真似っこも上手です。

生き物が大好きな子どもたちと一緒に、近くの公園や原っぱに虫取りに出かけて秋の自然にふれあいたいと思います。

1	日		16	月	敬老の日
2	月	避難訓練 引き渡し訓練	17	火	
3	火	防災ツアー (紫陽花)	18	水	英語教室 (菫・幼)
4	水	英語教室 (菫・幼)	19	木	体育教室参観 (幼)
5	木	体育教室 (菫・幼)	20	金	誕生会・安全生活指導 絵画教室 (幼)
6	金	絵画教室 (幼)	21	土	
7	土		22	日	秋分の日
8	日		23	月	秋分の日 の振替休日
9	月		24	火	
10	火	森の伝道師 (向日葵)	25	水	英語教室 (菫・幼)
11	水	英語教室 (菫・幼) 敬老の日のお手紙投函	26	木	体育教室 (菫・幼)
12	木	体育教室 (幼)	27	金	絵画教室 (幼)
13	金	絵画教室 (幼)	28	土	桜組保育参観 給食試食会
14	土		29	日	
15	日		30	月	



今月のねらい

たんぽぽ組

- ・身の回りの事に関心を持ち、少しずつ自分でやってみようとする。
- ・つかまり立ちや歩行など、様々な身活動を十分楽しむ。

桃組

- ・食事や着脱等の身の回りの事を意欲を持って取り組もうとする。
- ・保育士や友だちと一緒に身体を動かす事を楽しむ。

菫組

- ・うがいや手洗いを自ら進んで行おうとする。
- ・遊びや活動を通して、保育士や友だちとの関わりを持つことをよるこぶ。

桜組

- ・友だちのしていることに興味を持つ。
- ・運動会に向けての活動を楽しむ。

向日葵組

- ・健康で快適に過ごせるようにする。
- ・夏に経験したことを友だちや保育士と再現し、共有しながら楽しむ。

紫陽花組

- ・自分なりに目的を持ち、達成感や充実感を味わう。
- ・共通の遊びの中で、目標を持ったりお互いの思いや考えを共有し、気持ちを認め合いながら関わりを深めていく。

園からのお知らせ

- ・9月2日(月)に引き渡し訓練を行います。詳細は8月30日(金)のきつずノートをご覧ください。
- ・9月3日(火)に紫陽花組は防災探検ツアーに出掛けます。詳細は8月13日(火)のきつずノートをご覧ください。
- ・10月26日(土)に運動会を予定しております。詳細は後日お知らせします。

園からのお願い

- ・まだまだ暑い日が続いています。運動会の練習も始まりますので水筒を忘れずにお持ちください。
- ・制服などの衣類の名前が消えかかっている方がいらっしゃいます。確認をお願い致します。

今月の歌

- ・大きなりの木の下で
- ・小さな世界





“里芋”は一つの株から子株がたくさん増えることから子孫繁栄の縁起物とされています。中秋の名月は、旬の里芋をお供えすることから「芋名月^{いもめいげつ}」とも呼ばれます。

一年中食べることができる“里芋”ですが、旬は秋から冬にかけてです。まさに今からが一番おいしい季節です。今月は毎年子どもたちからも『大人気の里芋のマッシュサラダ』のレシピを紹介します。

『里芋のマッシュサラダ』のレシピ

<材料> 子ども2人分・大人2人分 <作り方>

里芋 240g(5~6個)

鶏挽肉 40g

玉葱 45g(中1/4個)

調合油 適宜

醤油 小さじ1

みりん 小さじ1

- ① 里芋はきれいに洗い、ぐるっと一周皮に切れ目を入れる。
- ② 里芋を柔らかくなるまで加熱する。(蒸しても茹でて、レンジで加熱してもOK!)
- ③ 里芋が柔らかくなったら皮を剥き、熱いうちにマッシャーやフォークなどで潰す。
- ④ 玉葱はみじん切りにして鶏挽肉と炒め、火が通ったら調味料で味をつける。
- ⑤ ③と④を混ぜ合わせたら出来上がり!

☆炒めた玉葱と鶏肉の旨味が里芋に染みているので、子ども達にも人気の副菜です。

☆衣をつけて揚げて、里芋コロケにするのもいいですね。



今月の献立 pick up★

梨

たくさんの品種がある梨は、時期ごとに品種が変わり、7月から11月頃まで幅広く楽しむことが出来るのが嬉しいですね。品種によって食感や味わいが違うので、食べ比べて好みの梨を探してみるのも楽しいかもしれません。

また、愛知県安城市周辺は梨の産地で、採れたての梨を農家さんから直接購入できる直売所もあります。

幸水…歯触りが良く、みずみずしい、甘味が強い

豊水…果汁が多くジューシー、甘味が強く、ほどよい酸味もある

新高…やわらかく果汁が豊富、風味豊かな甘さ、大きいもので1kgと大玉

★甘ひびき…ジューシーでシャリシャリ、大玉で糖度が高い

★愛知県安城市で開発された、近くの産直でしか買えない
プレミアム品種です!



お月見

今年は9月17日が十五夜です。園ではお月見団子作りをしたり、『芋名月』にちなんだ里芋ごはんが給食にです。月の満ちかけも楽しみながら、実りに感謝するのもいいかもしれませんね。



おはぎ

秋のお彼岸の時期には、萩の花にちなんだおはぎを提供します。季節の節目に昔から親しまれてきた和菓子を、子ども達も毎年楽しんでます。

今月の目標

食器具を正しく使おう!



2024年度

9月 給食献立表

日	曜	昼食	おやつ	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力になる	緑: 調子をととのえる
2	月	ごはん 豚肉の生姜炒め 薩摩芋とひじきのサラダ	フルーツポンチ 牛乳	ぶたもも・普通牛乳	精白米・さつまいも・調合油・いりごま・ごま油	たまねぎ・キャベツ・にんじん 青ピーマン・きゅうり・乾ひじき みかん缶詰・黄桃缶 パインアップル缶詰・バナナ
3	火	ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	カルピス寒天 牛乳	さば・油揚げ 乳酸菌飲料・普通牛乳	精白米	チンゲンサイ・キャベツ にんじん・粉寒天・みかん缶詰 パインアップル缶詰
4 ・ 18	水	ごはん 厚揚げの茸あんかけ キャベツの納豆和え	じゃが芋餅 牛乳	生揚げ・ぶたもも・納豆 削り節・普通牛乳	精白米・片栗粉・ごま油 じゃが芋・三温糖・調合油	にんじん・あさつき・生しいたけ えのきたけ・まいたけ・キャベツ コーン缶詰粒
5 ・ 19	木	中華飯 里芋のマッシュサラダ	カレークルル 牛乳	ぶたもも・鶏ひき肉 普通牛乳	精白米・三温糖・ごま油 片栗粉・さといも水煮 マカロニ・調合油	りよくとうもやし・にんじん 乾しいたけ・たけのこ水煮缶詰 チンゲンサイ・たまねぎ
6	金	ロールパン ウインナーポトフ ヨーグルト	ビスケット 梨 牛乳	ウインナーソーセージ ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも ビスケット	たまねぎ・にんじん キャベツ・ぶなしめじ・なし
7 ・ 21	土	チキンライス コンソメスープ	ソフトせんべい 牛乳	鶏ひき肉・普通牛乳	精白米・じゃがいも 調合油・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・青ピーマン トマトケチャップ・キャベツ ぶなしめじ・コーン缶詰粒
9 ・ 30	月	ごはん 鶏肉と冬瓜の煮物 なめことめかぶのじゃこ和え	バナナケーキ 牛乳	鶏むね・絹ごし豆腐 しらす干し・鶏卵 普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖 薄力粉・調合油	とうがん・にんじん・オクラ 乾しいたけ・なめこ めかぶわかめ・梅びしお バナナ
10 ・ 28	火 ・ 土	ごはん 豆腐と挽肉の重ね蒸し 春雨ともずくの中華サラダ	10日: おはぎ 28日: ソフトあられ 牛乳	木綿豆腐・ぶたひき肉 まぐろ水煮缶詰・きな粉 普通牛乳	精白米・片栗粉 緑豆はるさめ・三温糖 ごま油・甘辛せんべい	たまねぎ・乾しいたけ・もずく きゅうり・にんじん
11 ・ 25	水	食パン 鶏肉のカレーソテー ヨーグルト	せんべい 梨 牛乳	鶏むね・ヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃがいも 調合油・せんべい	たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・青ピーマン・なし
12 ・ 26	木	チリコンカンライス 冬瓜ときのこのスープ	豆乳葛餅 牛乳	ぶたひき肉・大豆水煮缶詰 きな粉・調整豆乳 普通牛乳	精白米・くず粉・三砂糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン とうがん・ぶなしめじ・えのきたけ 乾しいたけ・トマトダイス缶詰 トマトケチャップ
13 ・ 27	金	ごはん 鮭の味噌マヨ焼き 高野豆腐の含め煮	あんトースト 牛乳	さけ・練り豆腐 赤色辛みそ・こしあん 普通牛乳	精白米・三温糖・食パン マヨネーズ・無塩バター	にんじん・さやいんげん 乾しいたけ
14	土	茸のあんかけうどん 小魚スナック バナナ	ソフトあられ 牛乳	鶏むね・油揚げ・煮干し 普通牛乳	うどん・片栗粉・ごま油 甘辛せんべい	ぶなしめじ・にんじん えのきたけ・長ねぎ・バナナ
17	火	里芋ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	お月見団子 (2歳以上児) おにぎり団子 (0,1歳児) 牛乳	鶏むね・さば・油揚げ 絹ごし豆腐・普通牛乳	精白米・三温糖 さといも水煮・白玉粉 上新粉・片栗粉・三温糖	チンゲンサイ・キャベツ にんじん・ぶなしめじ
20	金	ごはん 焼き薩摩芋コロッケ 和風スパゲティサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏ひき肉・まぐろ水煮缶詰 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・片栗粉・パン粉 さつまいも・オリーブ油 ロールケーキ	たまねぎ・にんじん・きゅうり キャベツ・なし
24	火	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	おはぎ 牛乳	ぶたもも・煮干し・きな粉 普通牛乳	中華めん	にんじん・りよくとうもやし チンゲンサイ・干しいたけ バナナ



残暑はまだまだ厳しいものの、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。夏の間に少したくましくなった子ども達を見てその成長をしみじみと実感します。残暑を乗り切り、元気に過ごしていきましょう。



9月ほけんだより

鳴子清涼保育園

9月1日は防災の日

9月1日は防災の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。お子さんが小さければ、オムツも必要ですし、アレルギーがあれば、アレルギー対応の食品やアレルギー症状が出てきたときのための抗アレルギー薬も必要です。年に一度は防災用品を見直して、賞味期限のチェックや家族の状況に応じて内容を見直してみましよう。また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましよう。



生活リズムの見直し



夏の長いお休みの間に眠る時間が遅くなったり、食事の時間が不規則になったりしていませんか？かぜを引かない強い体をつくるために生活リズムを見直しましよう。寝る時間の調整にはお風呂や温かい食事が利用できます。人間は深部体温が下がる時に眠りに入りやすくなりますが、温かい食事やお風呂で身体を温め、その熱が放散されることで深部体温が下がります。食事や入浴のタイミングを調整して規則正しい睡眠をとりましよう。

頭を打ったら…

まず、患部を冷やし安静にします。頭部外傷は、打撲によるたんこぶから、命に関わる重症なものまであります。6時間以内（通常は1時間以内）に嘔吐などの症状が見られた場合は、早急に受診しましよう。また、1歳くらいまでの乳児は、頭を打って1ヵ月以上経ってから「慢性硬膜下血腫」という合併症を起こす場合があるので注意が必要です。

頭を打ってから1日くらいまでの注意事項

- 顔色が悪い。
 - 嘔吐する。
 - けいれんを起こす。
 - 頭痛が段々強くなる。
 - ぼんやりとして、声をかけないとすぐ眠ってしまう。
 - 手足の力が入りにくい。
 - 鼻血が続いたり、鼻や耳から水分が流れ出る。
 - 物が二重に見える。
- このような症状があったらすぐに受診しましよう。



頭を打ってから半年くらいまでの注意

頭を強くぶつけた後、すぐに症状が出なくても、3週間から6ヵ月の間に、まれに慢性硬膜下血腫といって頭の中に血腫が溜まることがあります。頭痛、嘔吐、脱力感、ふらつき（片麻痺）などが現れ、次第に悪化するようなら発症の可能性があるので早めに受診しましよう。