



植園清涼保育園

1	水	安全生活指導
2	木	リズム遊び
3	金	英語教室
4	土	七夕祭り(13時閉園)
5	日	
6	月	諸費、延長保育引き落とし日 体操教室(幼児クラス)
7	火	七夕会 絵画教室(午後)
8	水	
9	木	リズム遊び
10	金	英語教室
11	土	
12	日	
13	月	体操教室(董組、幼児クラス)
14	火	絵画教室
15	水	クラス写真
16	木	リズム遊び(午前)／絵画教室(午後)
17	金	英語教室
18	土	
19	日	
20	月	体操教室(幼児クラス)
21	火	絵画教室
22	水	
23	木	海の日
24	金	スポーツの日
25	土	
26	日	
27	月	体操教室(董組、幼児クラス)
28	火	絵画教室
29	水	誕生会
30	木	避難訓練、夏祭りごっこ
31	金	英語教室

通常保育となり、一ヶ月が経ちました。久しぶりの登園に泣き声も徐々に笑い声と変わり、子ども達の元気な声が響き渡り、園内は明るさを取り戻したように感じます。

まだまだ安心できる状況ではありませんが、引き続き手洗い、消毒等に気を付けながら、園生活や行事を楽しく安全に取り組んでいきたいと思ひます。



◎就労証明書は必ず前月末までに提出してください。提出が遅くなる場合は、担任に一言伝えて頂けると助かります。

◎登降園のタッチビューは、お子様の名前をよく確認してから打刻をお願いします。また、間違い、破損防止の為、**打刻は必ず保護者様の手で**お願い致します。

◎7月4日(土)の七夕祭りにつきましては、別紙手紙にてご確認ください。尚、13時までの保育となりますのでご協力お願い致します。(給食有り)

◎おたよりファイルに手紙が挟まったままの方が多ひです。毎日ご確認ください。

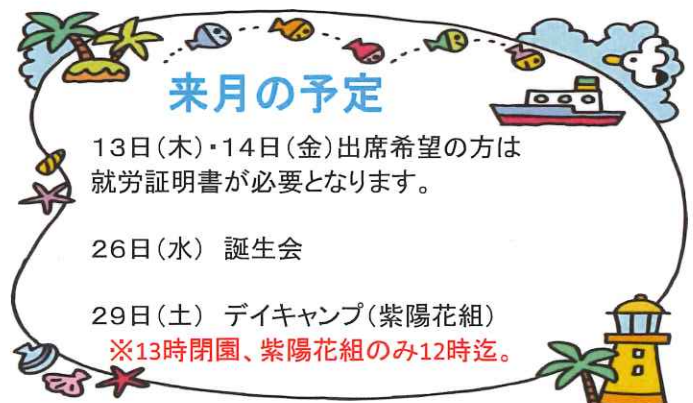


◎15日(水)はクラス写真を撮ります。(子どものみ参加です。)幼児はポロシャツ、半ズボン、名札を忘れずに付けてきてください。

◎30日(木)の夏祭りごっこは、子どものみで行ひます。



♪しゃぼん玉      ♪みずあそび



13日(木)・14日(金)出席希望の方は就労証明書が必要となります。

26日(水) 誕生会

29日(土) デイキャンプ(紫陽花組)  
※13時閉園、紫陽花組のみ12時迄。



## 令和2年度 植園清涼保育園

### 夏の食中毒に気を付けよう!

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。とりわけ、食肉に付着しやすい「腸管出血性大腸菌(O-157、O-111 など)」や「カンピロバクター」、食肉のほか卵にも付着する「サルモネラ」による食中毒の発生件数が目立ちます。食中毒は家庭で発生することも珍しくありません。食品を取り扱うときは、食中毒予防の三原則:細菌を「つけない」「増やさない」、加熱等で「やっつける」を心がけ、食中毒を防ぎましょう。



### 食中毒対策メモ



☆ 山葵・生姜・みょうがといった薬味野菜の辛味成分や、葱・にんにく・玉葱に含まれる硫化アリルには殺菌作用があります。また、梅干しや食用酢も高い防腐・殺菌作用を持つため、料理に積極的に取り入れたいですね。

☆ 食物繊維を多く含むきのこ類・豆類・海藻類や、乳酸菌が豊富なヨーグルト・納豆などは腸内環境を整え、細菌やウイルスから体を守る免疫機能の活動を高めてくれます。また、豚肉などに含まれるビタミンB群は、免疫力や抵抗力アップをサポートしてくれます。日頃から免疫力を強くすることも大事な予防法の一つです。

☆ 水分補給のために持って来て頂いている水筒も雑菌が繁殖しやすく、要注意です！洗剤を使わず水で流しただけでは、水垢やカビなどは落ちません。ストローなど、直接口を付けて飲むタイプの水筒は特に雑菌が入りやすいので、毎日しっかり洗浄してください。

#### <水筒の洗い方>

1. ボトル内部は、洗剤を使って柔らかいスポンジで中までしっかり洗う  
(金ダワシは、内部を傷つけ、金属が溶け出る原因になるので避けましょう)
2. 中蓋キャップやストロー部分も毎回分解して洗う  
(難しい場合は、何日かに一回は、パッキンなども分解して酸素系漂白剤で付け置きするか、タッパーなどに洗剤と一緒に入れてシャバシャバ振り洗いをする)
3. 洗い終わった後は、しっかり乾燥させてから新しいお茶を入れましょう！



### 6月の食育活動

#### 「梅ジュース作り」

紫陽花組さんが梅ジュース作りをしました。「梅ジュース作り楽しみにしていたよ！」「緑の梅、初めて見た」「上手にヘタとれた！」「小さいものと大きいもの、形がいろいろあるね」と楽しそうに作っていました。



「酸っぱいかな？」「氷砂糖を入れたから甘いと思うよ」「何色のジュースになるのだろう」など、お友達とお話ししながら梅ジュースの味を想像していましたよ。

### 今月の予定



7日(火) 七夕行事食

29日(水) 誕生会特別食

給食:夏野菜カレー

豆サラダ

おやつ:誕生会ケーキ



### 今月のレシピ

#### 『七夕素麺汁』

【材料】 大人2人 子ども2人分

【作り方】

素麺	40g	1. 素麺は 5~6cm長さに折って時間通り茹でておく。
鶏挽肉	30g	2. 人参は銀杏切り、冬瓜はさいのめ切り、オクラ・ヤングコーンは1cmの小口切りにしておく。
人参	60g(1/3本)	3. 鍋で鶏挽肉を炒め、だし汁・人参を入れ火にかける。煮立ったら、冬瓜・ヤングコーン・オクラの順に加え、火が通ったら調味料を加える。
冬瓜	80g	4. お椀に素麺を入れ、3の汁をかけたなら出来上
オクラ	25g(2~3本)	り!
ヤングコーン	15g(2本)	
だし汁	500cc	
醤油	小さじ1と1/2	
塩	少々(1g)	

☆ 七夕の行事食です。具はお好みで変えて作ってみてください。

☆ 素麺を波の流れのように盛り付け、人参を星形に抜いてオクラ・ヤングコーンと一緒に散りばめると、星がきらめく天の川のように見えます！



2020年度

## 7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
1 ・ 17	水 ・ 金	バターロール ジャーマンポテト ヨーグルト	せんべい 西瓜(未満児:バナナ) 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 甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ 青ピーマン・スイカ・バナナ
2 ・ 15	木 ・ 水	ごはん 鰯の味醂焼き ひじきと大豆の炒め煮	スナックパン 牛乳	まがれい・大豆水煮缶詰 さつま揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖 ロールパン	ひじき・ごぼう・にんじん さやいんげん・干しいたけ
3 ・ 21	金 ・ 火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 南瓜の糸昆布煮	フルーツポンチ 牛乳	生揚げ・ぶたもも・豆みそ 普通牛乳	精白米・三温糖	りよくとうもやし・にら・キャベツ にんじん・くりかぼちゃ 刻み昆布・みかん缶詰・バナナ もも缶詰・パインアップル缶詰
4 ・ 18	土	じゃじゃ麺 小魚スナック メロン	ジャムサンド 牛乳	ぶたもも・豆みそ・煮干し 普通牛乳	うどん・三温糖・すりごま ごま油・片栗粉・食パン	たまねぎ・干しいたけ きゅうり・りよくとうもやし トマト・メロン・いちごジャム
6 ・ 20	月	豚丼 トマトと若布のサラダ	焼きそば 牛乳	ぶたもも・まぐろ水煮缶 普通牛乳	精白米・しらたき 三温糖・すりごま 中華めん	たまねぎ・にんじん・えのきたけ トマト・きゅうり・乾わかめ キャベツ・青ピーマン・にんじん
7	火	しそひじきごはん 豆腐と挽肉の重ね蒸し 七夕素麺汁	キラキラ寒天 牛乳	しらす干し・木綿豆腐 ぶたひき肉・鶏ひき肉 普通牛乳	精白米・片栗粉 そうめん・タブレット	ひじき・梅びしお・たまねぎ 干しいたけ・にんじん・とうがん オクラ・ヤングコーン・角寒天 りんごジュース・パインアップル缶詰
8 ・ 22	水	ごはん 鱈のおろし煮 冬瓜サラダ	パインケーキ 牛乳	あじ・まぐろ水煮缶詰 鶏卵・普通牛乳	精白米・すりごま 薄力粉・調合油 三温糖	だいこん・にんじん・とうがん きゅうり・パインアップル缶詰
9 ・ 30	木	ごはん 肉じゃが オクラのおかか和え	五平餅 牛乳	ぶたもも・豆みそ・削り節 普通牛乳	精白米・じゃがいも 三温糖・しらたき もち米・いりごま	たまねぎ・にんじん さやいんげん オクラ・キャベツ
10 ・ 31	金	バターロール ポークビーンズ ヨーグルト	かりんとう 西瓜(未満児:バナナ) 牛乳	ぶたもも・大豆水煮缶詰 ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・じゃがいも 三温糖・かりんとう(黒)	にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ 青ピーマン・トマトダイス缶詰 トマトケチャップ・スイカ・バナナ
11 ・ 25	土	ツナカレーピラフ トマトスープ	ココアサンド 牛乳	まぐろ水煮缶詰 ウインナーソーセージ 普通牛乳	精白米・じゃがいも 食パン・三温糖 コーンスターチ	たまねぎ・青ピーマン にんじん・トマト・キャベツ コーン缶詰
13 ・ 27	月	タッカルビ丼 切干大根とトマトのサラダ	黒糖わらび餅 牛乳	鶏むね・豆みそ まぐろ水煮缶詰・きな粉 普通牛乳	精白米・三温糖 黒砂糖・すりごま 片栗粉	キャベツ・たまねぎ にんじん・にら・切干し大根 トマト・さやいんげん
14 ・ 28	火	ごはん 厚揚げと冬瓜のそぼろ煮 胡瓜の塩昆布和え	ピザトースト 牛乳	生揚げ・鶏ひき肉 ウインナーソーセージ プロセスチーズ 普通牛乳	精白米・片栗粉・食パン	とうがん・にんじん・干しいたけ きゅうり・りよくとうもやし 塩昆布・たまねぎ・青ピーマン トマトケチャップ
16	木	ごはん 鶏肉と大根の旨煮 キャベツのコンコンサラダ	水羊羹 牛乳	鶏むね・油揚げ こしあん・普通牛乳	精白米・三温糖	だいこん・にんじん 干しいたけ・ひじき・キャベツ りよくとうもやし・角寒天
29	水	夏野菜カレー 豆サラダ	誕生会ケーキ 牛乳	ぶたもも・大豆水煮缶詰 べにばないんげん ひよこめ・ゆでえんどう ホイップクリーム・普通牛乳	精白米・カレールウ オリーブ油・カステラ	くりかぼちゃ・たまねぎ・なす 青ピーマン・コーン缶詰粒 キャベツ・きゅうり・にんじん パインアップル缶詰



## 保健だより 7月

植園清涼保育園

梅雨が明けたら夏本番、暑い季節がやってきます。梅雨明け時期は、体が暑さに慣れていないことで体調を崩しやすいです。こまめな水分摂取を心がけ、体調管理に気を付けましょう。

### 水遊びが始まります！

水遊びは、子どもたちが水に触れることを通して水に慣れ親しみ、暑い日を気持ちよく過ごすことができます。また、皮膚も心も鍛えられることで子どもたちの健康増進を図ることを目的としています。楽しく安全に水遊びをするために、しっかりお子さんの体調をチェックするようにしましょう。

- 熱はないか
- 鼻水や咳は出ていないか
- のどは痛くないか
- おなかは痛くないか、下痢はしていないか
- 目が赤くないか、目やには出ていないか
- とびひや、皮膚が化膿している部分はないか
- 水いぼはないか
- 睡眠不足ではないか、食欲不振はないか
- 爪は割れていないか、伸びていないか



子どもにとって水遊びは楽しいですが、体調がすぐれないときには無理をせずに見学にしましょう。

### 夏に流行する3つの感染症

#### 手足口病

口の中や手のひら、足の裏に2~3ミリくらいの赤い発疹や水ぶくれができます。熱はあまり高くなりません。4歳くらいまでの幼児が発症しやすく、中でも2歳以下で発症する率が高いです。



#### ヘルパンギーナ

突然高熱がでて、のどに水ぶくれができるため、強いのどの痛みがあります。のどの水ぶくれがつぶれて潰瘍になってしまうことがあり、そうなるとのどの痛みがひどく食事が摂れずに脱水症を起こすことがあります。

#### 咽頭結膜炎（プール熱）

アデノウイルスが原因で起こります。プールの水を介して人から人へ流行が拡大することが多いため、プール熱とも呼ばれています。発熱してのどが赤くなり痛みがあります。目の痛みとかゆみもあります。



いずれもウイルスによる感染症で、感染力が強いため出席停止となります。ウイルスによる感染症のため、治療薬はありません。どの感染症もまずはしっかり水分補給をして、食事は柔らかくて刺激や塩味の少ないものにしましょう。あとは十分に休息をとり治癒するのを待ちましょう。これらの病気にかかってしまった場合には保育園へ速やかにご連絡ください。医師の指示のもと、治療するまでお休みいただき、登園される日には登園許可書を記入していただきます。

今月より、毎月お知らせしておりました欠席状況は正面玄関の掲示にてお知らせ致します。