



暑い夏を過ごしてきた子ども達！9月に入りますと「グリーン、リーン」と秋の虫たちの奏でる優しいメロディーに、少しずつ秋色に染まって行きそうです。夏の虫から、秋の虫へと・・・また、どんな会話が繋がっていくのかが楽しみです。これからは行事が目白押し、楽しく、思い出深いものにしていきたいと思います。

1	水	避難訓練 英語教室（董・幼）
2	木	体操教室（幼）
3	金	体操教室（董・幼） 絵画教室（幼）
4	土	
5	日	
6	月	安全生活指導 諸費引き落とし
7	火	
8	水	英語教室（董・幼）
9	木	体操教室（董・幼） 音楽教室（幼）
10	金	絵画教室（幼） 音楽教室（乳）
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	
15	水	英語教室（董・幼）

16	木	体操教室（幼） 音楽教室（幼）
17	金	体操教室（幼） 絵画教室（幼）
18	土	
19	日	
20	月	敬老の日
21	火	
22	水	英語教室（董・幼）
23	木	秋分の日
24	金	絵画教室（幼） 音楽教室（乳）
25	土	
26	日	
27	月	予行練習
28	火	誕生日会
29	水	英語教室（董・幼）
30	木	体操教室（董・幼） 音楽教室（幼）

今月のねらい

たんぽぽ組

- ・楽しい雰囲気の中で食事を自分で進めようとする。
- ・身体を動かして遊ぶ楽しさや心地よさを味わう。

董組

- ・跳ぶ、走るなど思いきり体を動かして楽しむ。
- ・順番に並ぶ等を理解して行動する。

向日葵組

- ・運動会に向けて身体を十分に動かす楽しさを感じる。
- ・友だちとの関わりを楽しみ、自分の思いを伝えようとする。

桃組

- ・一人で出来る事が増えていく喜びを感じる。
- ・保育士や友だちと体を動かして遊ぶことを楽しむ。

桜組

- ・手洗いやうがいなど自分で出来る風邪予防を行う。
- ・保育士や友だちとごっこ遊びを楽しむ。

紫陽花組

- ・運動会に向けて身体を十分に動かす楽しさを感じる。
- ・友だちとの関わりを楽しみ、自分の思いを伝えようとする。

園からのお願い

- ・14日（火）紫陽花組の特別養護老人ホーム訪問、25日（土）桜組の給食試食会は中止致します。
- ・運動会の練習がはじまります9時30分までに登園をしてください。
- ・戸外での活動が多くなります。足のサイズにあった運動靴で登園してください。
- ・先日お知らせいたしましたように運動会の日程が10月9日（予備日11日）に変更となりました。会場は鳴子長根公園を予定しています。

クラスからのお願い

たんぽぽ組 桃組

持ち物の名前が薄くなってきています。持ち物の記名を今一度ご確認ください。また外靴にも必ず記名をしてください。

董組 桜組 向日葵組 紫陽花組

21日にお月見団子作りをします。エプロン、三角巾もしくはバンダナ持たせてください。

お知らせ

保育士の外山智恵が令和3年8月31日をもって退職いたしました。ご指導を賜りありがとうございます。

今月の歌

- ・大きな栗の木の下で
 - ・たぬきのたぬきうた
- たくさん歌おうね♪



令和3年度 鳴子清涼保育園

9月1日は「防災の日」です。もしもの時のために備えましょう！

大規模災害や新型コロナウイルスなどの緊急時に備え、食料品を備蓄しているご家庭も多いと思います。一人当たり最低3日分(できれば1週間程度)を用意しておく必要があります。非常食は「非常用持ち出し袋」と「家に備蓄しておく用」に分けておきましょう。



非常持ち出し袋

- ・ 飲料水…500ml×2本程度
- ・ 食料…できるだけ軽くそのまま食べられ栄養価の高いもの
(ゼリー、カロリーメイト、アルファ化米等)

災害時こそ衛生管理をしっかり

- ・ 調理前、食事をする前にはウェットティッシュで手を拭いてから。
- ・ 調理は素手ではなく、ラップやポリ袋、ビニール手袋を使う。

カセットコンロ、ガスボンベ

熱源は食品を温めたり、簡単な調理に必要。ガスボンベは1人1週間当たり約6本。使い切る目安となる使用期限の確認も忘れずに！



防災意識を高めるために

「今災害が起こったら…？」というイメージを膨らませながら、月に一度家族で食事をしながらルールを決めたり、確認を行ったり、細かいところまで話すことを心がけてみてください。そして年に一回非常袋の中身、備蓄してある食料・水の場所や賞味期限のチェックを行って下さい。

家に備蓄しておく用

- ・ 飲料水…1人1日当たり3ℓ
(調理などに使用する水を含む)
- ・ 食料…1人当たり最低3日分
精米(2kgで約2.7食分)

多めに買い置きしておくことと安心。栄養が偏らない様にツナ、魚、焼き鳥などの缶詰、常温で日持ちする野菜を多めに置いたり、野菜ジュースやドライフルーツを常備するとよい。

ローリングストック法のすすめ

普段の食品を少し多めに買い置きして消費期限の古いものから消費し、消費した分をまた買い足すことで家庭に一定量の食品が備蓄される状態にする。

(消費期限はあまり長くないので注意！)

参考：農林水産省

「災害時に備えた食品ストックガイド」

8月の食育活動



桜組さんがとうもろこしの皮むきに挑戦！「お髭がもじゃもじゃ！」「ふわふわしているね！」「なかなかむけない！」と、苦戦しながらもとてもきれいにむいてくれました。



おやつの中には、「やったー！」「早く食べたい！」と、嬉しそうに大きく口を開け頬張っていました。



今月の予定

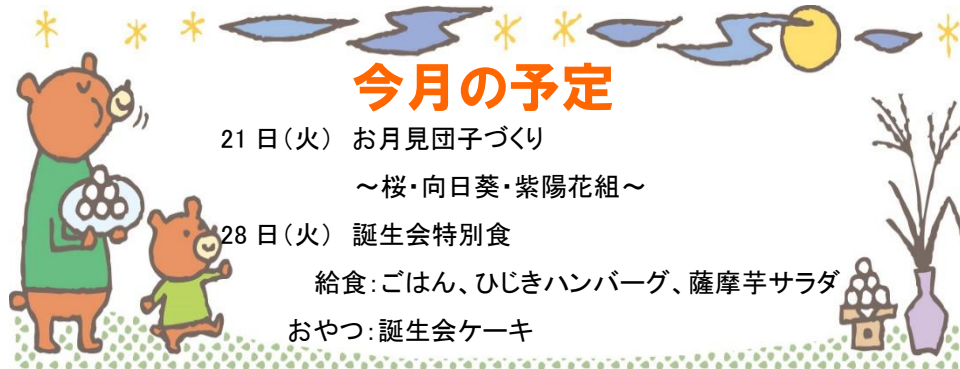
21日(火) お月見団子づくり

～桜・向日葵・紫陽花組～

28日(火) 誕生会特別食

給食:ごはん、ひじきハンバーグ、薩摩芋サラダ

おやつ:誕生会ケーキ



今月のレシピ

『里芋ごはん』



【材料】大人2人子ども2人分

- 米 30g
- 鰹 だし適宜
- 醤油 小さじ2
- 鶏肉 30g
- 里芋 65g(中1個)
- しめじ 35g(1/5株)

【作り方】

1. お米は研いで水気を切っておく。
2. 鰹だしをとり、冷ましておく。
3. 里芋・鶏肉は一口大、しめじは1cm長さに切っておく。
4. 炊飯ジャーにお米を入れ、2合の目盛りまで鰹だしを入れる。
5. 3と醤油を入れてかるく混ぜ、普通に炊いたら出来上がり！

☆園では「芋名月(十五夜)」

の日に登場します！！



2021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
1 ・ 13	水 ・ 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	水羊羹 牛乳	鶏むね・しらす干し こしあん・普通牛乳	精白米・片栗粉・三温糖	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 粉寒天
2 ・ 14	木 ・ 火	中華飯 里芋のマッシュサラダ	マカロニかりんとう 牛乳	ぶたかた・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 黒砂糖	りょくとうもやし・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
3 ・ 15	金 ・ 水	ロールパン 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	ロールパン・じゃがいも せんべい	たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・青ピーマン なし
4 ・ 18	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	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 コーン缶詰粒
6 ・ 22	月 ・ 水	ごはん 厚揚げの茸あんかけ 南瓜とピーマンの金平	お好み焼き 牛乳	生揚げ・ぶたもも・鶏卵 ぶたひき肉・普通牛乳	精白米・片栗粉・ごま油 いりごま・薄力粉 ながいも	にんじん・あさつき・生しいたけ えのきたけ・まいたけ・長ねぎ くりかぼちゃ・青ピーマン キャベツ・トマトケチャップ
7 ・ 30	火 ・ 木	ドライ豆カレー 冬瓜ときのこのスープ	オレンジゼリー 牛乳	合ひき肉・大豆水煮缶詰 普通牛乳	精白米・三温糖	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・オレンジジュース みかん缶詰・粉寒天
8 ・ 29	水	ロールパン 麻婆南瓜 ヨーグルト	かりんとう 梨 牛乳	ぶたひき肉・豆みそ ヨーグルト・普通牛乳	ロールパン・三温糖 片栗粉・かりんとう(黒)	たまねぎ・にんじん 干しいたけ・にら くりかぼちゃ・なし
9	木	ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	スナックパン 牛乳	さば・油揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖 スナックパン	チンゲンサイ・キャベツ にんじん
10 ・ 24	金	ごはん 豆腐と挽肉の重ね蒸し 春雨ともずく中華サラダ	おはぎ 牛乳	木綿豆腐・ぶたひき肉 まぐろ缶詰・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	たまねぎ・乾しいたけ・もずく きゅうり・にんじん
11 ・ 25	土	きのこうどん 小魚スナック バナナ	おこめリング 牛乳	油揚げ・煮干し・普通牛乳	うどん・甘辛せんべい	ぶなしめじ・にんじん えのきたけ・乾しいたけ あさつき・バナナ
16	木	ごはん 豚肉の生姜炒め 薩摩芋とひじきのサラダ	ツナの冷や汁 牛乳	ぶたもも・まぐろ缶詰 木綿豆腐・赤色辛味噌 普通牛乳	精白米・さつまいも・ いりごま・ごま油・押麦 すりごま	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 あさつき
17 ・ 27	金 ・ 月	ごはん 鮭のさっぱり焼き 高野豆腐の含め煮	バナナチーズトースト 27日:スナックパン 牛乳	さけ・練り豆腐 プロセスチーズ・普通牛乳	精白米・三温糖 食パン・スナックパン	にんじん・さやいんげん 乾しいたけ・バナナ
21	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 牛乳	鶏むね・さば・油揚げ 絹ごし豆腐・普通牛乳	精白米・さといも水煮 白玉粉・上新粉 三温糖・片栗粉	ぶなしめじ・チンゲンサイ キャベツ・にんじん
28	火	ごはん ひじきハンバーグ 薩摩芋サラダ	誕生会ケーキ 牛乳	鶏ひき肉・絹ごし豆腐 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 さつまいも・マヨネーズ いりごま・カステラ	たまねぎ・にんじん・乾ひじき きゅうり・なし





9月保健だより



鳴子清涼保育園

暑かった夏を乗り越えて、日に焼けて少したくましくなった子ども達がお休み中の楽しかった思い出を話す様子はほほえましいものです。まだまだ日中は暑さが続きますが、朝夕は涼しくなってくるので、気温の変化で体調を崩さないよう気を付けましょう。

かぜの時に風呂に入っても大丈夫？

熱で辛そうな様子がなければ入っても大丈夫です。かぜの時の風呂は、疲れを取るためではなく、皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れるのはやめましょう。



防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。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。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ょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないように工夫する



夜間や休日の急病で困ったら

あいち救急医療ネット

で検索してみてください。医療に関する相談や受診できる病院などを調べるのに役立ちます。