



8月園だより

鳴子清涼保育園

毎日暑い日が続いています。暑い夏でも子ども達は元気いっぱい！暑さが本格的になると、熱中症・食中毒・夏かぜ…と注意しなければならないことが色々あります。子どもも大人も体力を維持するために、規則正しい生活リズムを大切にしたいですね。

1	月	安全生活指導週
2	火	英語教室（董・幼）
3	水	英語教室（董・幼）
4	木	
5	金	絵画教室（幼）
6	土	
7	日	
8	月	避難訓練
9	火	
10	水	
11	木	山の日
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	夏季保育（就労証明必要）

16	火	
17	水	
18	木	体操教室（董・幼）
19	金	絵画教室（幼）
20	土	紫陽花組デイキャンプ 13時降園
21	日	
22	月	
23	火	誕生日会
24	水	英語教室（董・幼）
25	木	体操教室（董・幼）
26	金	絵画教室（幼）
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	
31	水	英語教室（董・幼）



今月のねらい

たんぽぽ組

- ・手づかみやスプーンで食事をしようとする。
- ・水や砂などに触れ、夏の遊びを十分に楽しむ。

桃組

- ・様々な物事に自分で挑戦しようとする。
- ・保育士や友だちと一緒に、水遊びや泥遊びの面白さや心地良さを味わう。

董組

- ・パンツへの憧れを持ち、友だちと達成感を共有しながらトイレトレーニングをする
- ・感触遊びを思う存分楽しみ、様々な素材にふれる。

桜組

- ・水遊びや夏ならではの遊びをおもいっきり楽しむ。
- ・水分や休息を十分にとり健康に過ごす。

向日葵組

- ・ルールを守って友だちと水遊びを楽しむ。
- ・夏の自然に興味・関心を持ち、自分たちで調べることを楽しむ。

紫陽花組

- ・友だちとひとつの物を作り上げ協力して何かを成し遂げる喜びを感じる。
- ・夏ならではの遊びを積極的にとりくみ満足感を味わう。



園からのお願い

- ・15日（月）は夏季保育となります。保育を希望される場合は就労証明が必要となります。
- ・20日（土）は15時50分より紫陽花組のデイキャンプを行います。準備のため保育は13時までとさせていただきます。
- ・水遊びをする時点で暑さ指数が『危険』と判断された場合や監視職員を付けられない場合は水遊びを中止させていただきます。



園からのお知らせ

- ・9月13日に予定していました紫陽花組の特養老人ホーム訪問はコロナ感染防止の為に中止とさせていただきます。
- ・9月17日（土）は桜組試食会があります。詳細につきましては後日お手紙にてお知らせ致します。
- ・8月1日より白井亜実が保育士として入職致します。また、給食員の山本紗央理が7月31日で退職いたしました。よろしくお願い致します。

今月の歌

- ・トマト
- ・とんでいったバナナ





令和4年度
鳴子清涼保育園

今年の夏は特に暑いですね。暑さでたくさん汗をかき体力を消耗しやすいので、熱中症対策の為に、水分補給を忘れず行ってください。遊んだあとは、たっぷり休養、睡眠をとるよう心がけて暑い夏を乗り切りましょう。



8月8日はまるはちの日（名古屋の日）

8月8日はまるはちの日です。日本各地には、その地方でよく食べられている独特の食べ物が多くありますが、愛知県にも「名古屋めし」と呼ばれ親しまれている個性的な食べ物がたくさんあります。

名古屋めしを支える味噌文化



豆みそは赤みそも言われ生産も消費もほとんど東海地方という食材です。

- ① うまみ成分が豊富。材料に大豆と塩のみを使い長期熟成することでうまみ成分のグルタミン酸が凝縮されている。
- ② 長期保存が可能。熱にも強い為煮込み料理に使用しても風味が飛ばない。
- ③ 豆みそは劣化しにくく栄養価も高いことから昔から貴重なスタミナ源として重宝されていたそうです。

名古屋めしのいろいろ



〈主食〉ひつまぶし、味噌煮込みうどん、きしめん、天むす、カレーうどん、あんかけスパ

〈主菜〉味噌カツ、手羽先、どて煮、みそおでん、エビフライ

〈デザート〉小倉トースト、ういろう、えびせんべい、鬼まんじゅう など

今月はおやつに「あんトースト」と「ういろう」が登場します。

「あんトースト」…本来は「小倉餡」を使用していますが、あんこが苦手な子どもでも食べやすいよう「こし餡」を使用しています。

「ういろう」…主に米粉に砂糖などを混ぜ合わせて蒸して作られています。もちもちとした食感が特徴です。



今月の予定

23日(火) 誕生会特別食

給食: タコライス、豆腐とコーンのスープ

おやつ: 誕生会ケーキ

今月のレシピ

『黒糖ういろう』

【材料】 約4人分

葛粉	20g
白玉粉	10g
上新粉	40g
水①	70cc
黒砂糖	25g
水②	40cc

【作り方】

1. 鍋に黒砂糖と水②を入れ、溶かしておく。
 2. 別鍋に水①を入れ、白玉粉などの溶けにくい物から混ぜていき、最後に溶かした黒砂糖を入れて混ぜる。
 3. 鍋を火にかけ、鍋底を絶えずかき混ぜながら加熱する。
 4. 鍋底の生地が固まり始めたら、火から降ろし、型(流し缶など)に生地を流し込む。
 5. 蒸し器に入れて、10~15分程蒸す。
 6. 冷めたら三角に切り分けて出来上がり！
- ※生地が温かいと包丁にくっついて切り分けづらいので、早めに冷ましておく切りやすいとです。



～『ういろう』ってどんなお菓子？～

ういろうとは和菓子の1つで、「外郎」「外良」と書いたり、「ういろ」と呼んだりします。羊羹に似た見た目をしていますが、食感はもっちりとしており、甘さも控えめです。

日本最古のういろうの老舗「餅文総本店」が、万治2年(1659年)に創業したのが元祖といわれています。本格的に売られたのは、明治中期からです。

その後、昭和6年(1931年)に「青柳総本店」が名古屋駅で立ち売りを始めたことをきっかけに、市内各地にお店を増やし、今では名古屋名物として有名になりました。



2022年度

8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 ・ 24	月 ・ 水	ごはん 鱈の味噌マヨ焼き 切干大根の煮物	1日:スナックパン あんトースト 牛乳	すけとうだら・赤色辛みそ 油揚げ・こしあん 普通牛乳	精白米・三温糖 食パン・無塩バター マヨネーズ・スナックパン	切干しだいこん・にんじん 干しいたけ・さやいんげん
2 ・ 18	火 ・ 木	ごはん さつま揚げとじゃが芋の旨煮 オクラの納豆サラダ	黒糖ういろ(2歳以上児) 牛乳寒天(0.1歳児) 牛乳	ぶたもも・納豆 さつま揚げ・普通牛乳	精白米・三温糖 じゃがいも・しらたき くず粉・白玉粉・上新粉 黒砂糖・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・オクラ さやいんげん・キャベツ コーン缶詰粒
3 ・ 22	水 ・ 月	青椒肉絲丼 胡瓜のゆかり和え	オレンジゼリー 牛乳	ぶたもも・普通牛乳	精白米・三温糖・片栗粉 ごま油	青ピーマン・赤ピーマン 黄ピーマン・たけのこ水煮缶詰 りよくとうもやし・きゅうり キャベツ・梅びしお・みかん缶詰 オレンジジュース・粉寒天
4 ・ 25	木	ごはん カレー麻婆豆腐 トマトのじゃこサラダ	みたらし五平餅 牛乳	木綿豆腐・鶏ひき肉 しらす干し・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油 三温糖	にんじん・青ねぎ・トマト キャベツ・きゅうり
5 ・ 19	金	ロールパン ポークシチュー ヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	ぶたもも・ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン・じゃがいも 上新粉・ビスケット	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ 青ピーマン・トマトケチャップ トマトピューレ・バナナ
6 ・ 20	土	ねばとろ素麺 小魚スナック パイン缶	ソフトせんべい 牛乳	納豆・しらす干し・煮干し 普通牛乳	そうめん・ソフトせんべい	オクラ・なめこ・パインアップル 缶
8 月	月	ごはん 厚揚げの中華炒め モロヘイヤのおかか和え	豆乳ココアプリン 牛乳	生揚げ・ぶたもも・削り節 調整豆乳・普通牛乳 ホイップクリーム	精白米・三温糖 片栗粉・ごま油	にんじん・りよくとうもやし チンゲンサイ・きくらげ キャベツ・モロヘイヤ・粉寒天
9 ・ 30	火	ビビンバ 南瓜サラダ	レモンケーキ 牛乳	ぶたひき肉・普通牛乳 まぐろ水煮缶詰・鶏卵	精白米・三温糖・ごま油 いりごま・マヨネーズ 薄力粉・調合油	だいちもやし・にんじん 青ピーマン・くりかぼちゃ キャベツ・さやいんげん レモン・レモン果汁
10 ・ 26	水 ・ 金	食パン 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ヨーグルト	せんべい 西瓜 (未満児:バナナ) 牛乳	鶏むね・ヨーグルト 普通牛乳	食パン・じゃがいも 甘辛せんべい	たまねぎ・なす・ズッキーニ 青ピーマン・トマト トマトケチャップ すいか・バナナ
12 ・ 29	金 ・ 月	ごはん 鮭バター醤油焼き じゃが芋の炒め煮	12日:スナックパン 豆乳ココアプリン 牛乳	さけ・削り節・きな粉 調整豆乳・普通牛乳 ホイップクリーム	精白米・有塩バター じゃがいも・三温糖 調合油・スナックパン	たまねぎ・にんじん 刻み昆布・粉寒天
13 ・ 27	土	梅じゃこ炒飯 若布スープ	おこめリング 牛乳	しらす干し・普通牛乳	精白米・甘辛せんべい	梅干し調味漬・青ピーマン エリンギ・にんじん・カットわかめ コーン缶詰粒・チンゲンサイ
15 月	月	切干大根ご飯 味噌汁	クラッカー スティックゼリー 牛乳	まぐろ水煮缶詰・豆みそ 普通牛乳	精白米・調合油・すりごま 観世ふ・じゃがいも クラッカー・ゼリー	切干しだいこん・にんじん キャベツ・えのき・長ねぎ
16 火	火	スパゲティミートソース 切干大根とひじきのサラダ	牛乳	ぶたひき肉・普通牛乳 まぐろ水煮缶詰・削り節	スパゲティ・精白米	トマトホール缶詰・にんじん トマトケチャップ・グリーンピース スイートコーン缶詰・乾ひじき 切干だいこん
17 ・ 31	水	ごはん ゴーヤチャンプル 春雨サラダ	とうもろこし クラッカー 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐・鶏卵 まぐろ水煮缶詰・削り節 普通牛乳	精白米・はるさめ スナッククラッカー	にがうり・りよくとうもやし にんじん・乾ひじき カットわかめ・コーン缶詰粒
23 火	火	タコライス 豆腐とコーンのスープ	牛乳	ぶたひき肉・木綿豆腐 パルメザンチーズ ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・カステラ	たまねぎ・にんにく・キャベツ にんじん・コーン缶詰クリーム コーン缶詰・トマトケチャップ あさつき・ぶどう



8月ほけんだより

鳴子清涼保育園

夏の過ごし方



長いお休みがあると生活リズムが乱れがちになります。規則正しい生活ができないと体調を崩しやすくなるので、お休みの間も早寝早起きを心がけ、ご飯は3食きちんと食べましょう。また、暑いからといってクーラーのついた部屋で1日中過ごすのではなく、午前中の涼しい時間帯などを使って、できるだけ外で体を動かすようにしましょう。その際には必ず帽子をかぶり、水筒やペットボトルとタオルを持っていきましょう。



海へ行く時は…

日焼け止めをつけ、ビーチパラソルなどを使用して、直射日光に当たらないようにしましょう。砂浜では足の裏をやけどしないようにビーチサンダルを履かせるようにします。また、水の中に入っている間も体の水分は奪われるので、こまめに水分補給を行いましょう。



下着とくつ下について

子どもは1日におよそペットボトル1本分(1000ml)の汗をかかると言われています。下着やくつ下を着ることで、汗や皮膚からの汚れや脂を吸い取り、においも抑えてくれます。汗をかいたり汚れたりした時はこまめに着替え、清潔に過ごすことを心がけましょう。



鼻血



鼻血が出た時は、まず子どもの衣服をゆるめてらくにさせます。鼻の付け根を指で挟み、圧迫して止血します。出血が治まらない時は、鼻の穴の入口近くに脱脂綿などを詰め、様子を見ます。鼻の付け根を冷やすのもよいでしょう。20分以上出血が止まらない場合は、病気の可能性もあるので、受診しましょう。

鼻血が出た時に上を向かせると、血が喉に流れて吐き気をもよおす場合があるので、頭は下に向かせましょう。

