

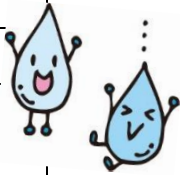
# 園だより

認定こども園 神の倉清涼保育園



晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多いこの時期。室内や戸外に関係なく、こどもたちは汗ばみながらも日々色々な遊びを楽しんでいます。この時期ならではの自然に触れたり、室内ならではの遊びを楽しんだりしながら過ごしていきたいと思ひます。

1	木	体育教室
2	金	絵画教室
3	土	
4	日	
5	月	安全生活指導週
6	火	
7	水	英語教室
8	木	体育教室
9	金	絵画教室
10	土	保育参観（幼児クラス）
11	日	
12	月	薔薇組体育教室
13	火	避難訓練
14	水	英語教室
15	木	体育教室



16	金	絵画教室
17	土	
18	日	
19	月	音と絵本のお話し会 (父母の会主催)
20	火	
21	水	英語教室
22	木	体育教室
23	金	絵画教室
24	土	薔薇組試食会
25	日	
26	月	薔薇組体育教室
27	火	誕生会
28	水	英語教室
29	木	体育教室 歯科健診（13:30～）
30	金	絵画教室



## 来月の予定

### 李組

- 様々な食べ物に慣れ、喜んで食事を進める。
- 触れ合い遊びを通して、安心できる中で喃語を発し表現する。

### 桃組

- 梅雨の時期の身近な自然に触れながら、健康に過ごす。
- 気に入った遊びを見つけてじっくり遊びを楽しむ。

### 薔薇組

- 身の回りの事に意欲をもち、自分で出来ることはやってみようとする。
- 雨や水溜りなどの身近な事象に触れながら、梅雨の自然に興味をもつ。

### 桜組

- 保育教諭に見守られながら、生活に必要な身の回りの事を自分でしてみようとする。
- 保育教諭や友達と親しみながら一緒に遊ぶ事を楽しむ。

### 紫陽花組

- 梅雨期の蒸し暑さの中でも、健康で快適に過ごせるようにする。
- 梅雨期ならではの自然に触れあって遊ぶ事を楽しむ。

### もみじ組

- 周囲の状況を把握し、見通しをもって生活する。
- 様々な遊びや活動を通して、新たな事に挑戦する楽しさを知る。



- 毎週月曜日に爪が伸びていないか確認を行っています。衛生面、安全面の為にも、ご家庭でも確認をお願い致します。
- 気温が高い日が続いています。園置きの衣服を一度お返しするので、衣替えをお願い致します。



## 来月の予定

- 5日 内科検診（9:30～）
- 7日 セタ会
- 10日 タフィーちゃん（父母の会主催）9:30～
- 11日 避難訓練、誕生会
- 15日 夏祭り（13時降園）
- 20日 終業式



- パプリカ
- 大きな古時計





令和5年度  
認定こども園  
神の倉清涼保育園

蒸し暑い日が増えてきました。この時期は食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい時期です。手洗いをしっかり行い、食品の取り扱いにも十分気を付けて元気に過ごしましょう。

6月は食育月間です。お子様と一緒に食事を作ってみてはいかがでしょうか。

## 食中毒クイズ

カレーとサラダを作るときの注意点の2択クイズです。  
お子様と一緒に考えてみてください。答えは一番下にあります。

第1問 手を石鹸で綺麗に洗ったあとは何で拭く？

- ① ハンカチで拭く。 ② 着ている洋服で拭く。

第2問 カレーの肉を切るときに使った包丁とまな板はどうする？

- ① 洗わずにサラダの野菜を切る。  
② 消毒してから洗って使う。

第3問 カレーはどれくらい煮込んだら完成？

- ① ふつつつしてきたからこれで完成！  
② 底からかき混ぜて鍋全体にしっかり火が通るように煮たら完成！

第4問 たくさん作って余ったカレーはどうする？

- ① 少しづつ分けて冷蔵庫にしまう。 ② 鍋のまま置いておく。



答え



- 第1問 ① 洋服についた汚れが手についてしまいます。清潔なハンカチまたはペーパータオルで拭きましょう。
- 第2問 ② 肉には目に見えない菌がいるかもしれません。生肉を切った包丁とまな板は熱湯で消毒し、洗剤を使って洗いましょう。生肉を触った手も石鹸で洗いましょう。
- 第3問 ② しっかり火を通すことで食中毒の原因となる菌をやっつけることができます。
- 第4問 ① 小分けにして早く温度を下げることで食中毒菌の繁殖を防げます。食べるときは中まで温まるようしっかり再加熱をしましょう。

## ～5月の食育活動～

ピクニックの日に、もみじ組さんがふりかけを作りました！

ホットプレートでひじきとしらすをカリカリに焼いて、梅や鰹節などの材料と混ぜ合わせ、3種類のふりかけを作りました。

- ひじき・梅・ごま
- じゃこ・ゆかり
- おかか・あおさ・ごま

やけどに気を付けて焼いたり、こぼさないように丁寧に混ぜたり、一生懸命作る様子が見られました。

作ったふりかけは桜組さんと紫陽花組さんにも振る舞って給食で食べました。

「美味しい！」と大絶賛で、いつも以上にたくさんのご飯を食べてくれました。



## 今月のレシピ「新じゃがのそぼろあんかけ」

〈材料〉(こども2人、大人2人分) 〈作り方〉

- |        |            |  |
|--------|------------|--|
| ・じゃが芋  | 240g(小2個)  | 1. じゃが芋はさいの目切りにしておく。                                     |
| ・鶏挽肉   | 40g        | 2. えんどう豆は鞘から取り出しておく。                                     |
| ・えんどう豆 | 15g(2～3 鞘) | 3. 鍋で鶏挽肉を炒め、色が変わったたら、じゃが芋と浸るくらいのだし汁と調味料を加えて煮る。           |
| ・かつおだし | 適宜         | 4. じゃが芋が柔らかくなったら、えんどう豆を加えて軽く煮て、最後に水溶き片栗粉でとろみをつけてたらできあがり！ |
| ・醤油    | 小さじ1と1/2   |  |
| ・片栗粉   | 適宜         |  |

日曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 木 14 水 28	ごはん 豚肉のもやし炒め なめことめかぶのじゃこ和え	豆乳葛餅 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐・しらす 干し・調整豆乳・きな粉・普 通牛乳	精白米・三温糖・ごま油・くず 粉	りよくとうもやし・にんじん・に ら・ぶなしめじ・なめこ・めかぶ わかめ・梅びしお
2 金 16	ツナとひじきの混ぜご飯 キャベツの豚汁	みたらし五平餅 牛乳	まぐろ水煮缶詰・油揚げ・大 豆・ぶたもも・豆みそ・普通 牛乳	精白米・精白米・三温糖・片栗 粉	乾ひじき・にんじん・ぶなしめ じ・キャベツ・たまねぎ・えのき たけ・長ねぎ
3 土 17	冷しゃぶうどん 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	ぶたもも(赤肉)・煮干し・普 通牛乳	うどん・すりごま・食パン	きゅうり・りよくとうもやし・ト マト・バナナ・いちごジャム
5 月 19	ごはん 鱈の味醂焼き 高野豆腐の含め煮	セサミトースト 牛乳	さわら・凍り豆腐・普通牛乳	精白米・三温糖・食パン・有塩 マーガリン・すりごま	にんじん・さやいんげん・乾しい たけ
6 火 20	ごはん 鶏肉と大根の煮物 アスパラの納豆サラダ	黒糖蒸しパン 牛乳	若鶏むね・納豆・鶏卵・普通 牛乳	精白米・マヨネーズ・薄力粉・ 黒砂糖・調合油	だいこん・にんじん・ぶなしめ じ・コーン缶詰粒・キャベツ・ア スパラガス
7 水 21	ハヤシライス コールスローサラダ	フルーツ寒天 牛乳	ぶたかた・普通牛乳	精白米・じゃがいも・薄力粉・ マヨネーズ・三温糖・グラ ニュー糖	たまねぎ・にんじん・ぶなしめ じ・トマトケチャップ・トマト ピューレ・キャベツ・きゅうり・ コーン缶詰粒・角寒天・みかん缶 詰・黄桃缶・パインアップル缶詰
8 木 22	ごはん 厚揚げとじゃが芋の肉味噌かけ キャベツの塩昆布和え	ごはんピザ 牛乳	生揚げ・鶏ひき肉・豆みそ・ まぐろ水煮缶詰(白)・プロセ スチーズ・普通牛乳	精白米・じゃがいも・三温糖・ 片栗粉	にんじん・たまねぎ・乾しいた け・キャベツ・りよくとうもや し・塩昆布・青ピーマン・コーン 缶詰粒
9 金 23	食パン 洋風ツナじゃが ヨーグルト	せんべい パイン缶 牛乳	まぐろ油漬缶詰・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・キャベツ・にんじん・ さやいんげん・パインアップル缶 詰
10 土 24	五目御飯 具沢山味噌汁	黄粉サンド(24日) せんべい(10日) 牛乳	鶏ひき肉・油揚げ・生揚げ・ 豆みそ・きな粉・調整豆乳・ 普通牛乳	精白米・じゃがいも・食パン・ 三温糖	にんじん・ごぼう・ぶなしめじ・ キャベツ・えのきたけ・長ねぎ
12 月 26	ごはん 鱈の南蛮漬け 冬瓜ともずくのスープ	マカロニココア 牛乳	あじ・きな粉・普通牛乳	精白米・片栗粉・調合油・三温 糖・マカロニ	たまねぎ・にんじん・青ピーマ ン・とうがん・もずく・オクラ
13 火 30 金	ごはん 肉豆腐 新じゃがのそぼろあんかけ	水無月(2歳児以上) 小豆寒天(0-1歳児) 牛乳	ぶたもも・木綿豆腐・うぐい す豆・鶏ひき肉・普通牛乳	精白米・三温糖・じゃがいも・ 片栗粉・くず粉・白玉粉・上新 粉・甘納豆(あずき)	たまねぎ・ぶなしめじ・にんじん
15 木 29	ロールパン ミネストローネ ヨーグルト	ビスケット メロン 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・マカロニ・じゃが いも・ビスケット	たまねぎ・にんじん・キャベツ・ 青ピーマン・トマトダイス缶詰・ トマトケチャップ・メロン
27 火	ごはん 豆腐ハンバーグ コーンサラダ	誕生会ケーキ 牛乳	ぶたひき肉・木綿豆腐・ホ イップクリーム・普通牛乳	精白米・片栗粉・じゃがいも・ 三温糖・オリーブ油・カステラ	たまねぎ・トマトケチャップ・ コーン缶詰粒・にんじん・さやい んげん・コーン缶詰クリーム・ブ ルーベリー

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	蛋白質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミンA (レチノール当量:RE)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
487 Kcal	19.8 g	13.9 g	244 mg	1.8 mg	181 μg	0.31 mg	0.36 mg	18 mg

# 6月ほけんだより

認定こども園 神の倉清涼保育園

梅雨の季節がやってきました。天気の変りやすいこの時期は体調を崩しやすいので十分に注意が必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

## 歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
  - 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
  - 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
  - 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
  - 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
- 虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



## 突発性発疹



生後4ヵ月～1歳頃に起こる乳児の初めての発熱に多く見られ、38～39℃の高熱が2～3日続きますが、食欲もあり、比較的元気なケースが多いようです。発疹が出る直前、喉の奥の上方に斑点が見られることもありますが、この時点での判別は難しく、熱が下がって桜の花びらのような赤い発疹が顔、胸、お腹あたりに出て初めて突発性発疹であることが分かります。

### お家での注意点

熱性けいれんなどの合併症がなければ薬の服用は必要ありませんが、高熱が続くので水分補給はこまめに行いましょう。2～3日経過しても熱が下がらず、発疹も出ない場合は別の病気の可能性があるため、医療機関を受診しましょう。

## 梅雨の時期の注意点

### ■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱した物を入れてください。調理の際は食材を洗うだけでなく、手や調理器具もこまめに洗いましょう。

### ■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。

### ■熱中症とかぜ

身体がまだ高温多湿に順応できていないタイミングで蒸し暑くなると熱中症の発生リスクがぐんと上がります。また、蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり風邪をひきやすくなる時季でもあります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。