



認定こども園 神の倉清涼保育園

今月のねらい

李組

- 身の回りのことに興味を持ち、保育教諭と一緒にやってみようとする。
- リズム遊びを通して保育教諭とスキンシップを多くとったり、音に合わせて体を動かしたりすることを楽しむ。

桃組

- 簡単な身の回りの始末に興味を持ち、保育教諭と一緒にやってみようとする。
- 身近な秋の自然に触れて遊ぶことを楽しむ。

薔薇組

- 保育教諭に見守られながら、簡単な身の回りのことを自分でやってみようとする。
- 季節の移り変わりを感じ、秋の自然に触れて遊ぶことを楽しむ。

桜組

- 生活のリズムを再確認し、身の回りのことを自分で行おうとする。
- 保育教諭や友達と体を動かしたり遊んだりする心地良さや楽しさを味わう。

紫陽花

- 園生活での習慣が身につき、一日の流れを見通して生活する。
- 友達と十分に体を動かして遊ぶことを楽しむ。

もみじ

- 運動量が増えるため、自ら休憩をとり快適に過ごす。
- 友達と一緒に運動遊びや表現遊びを主体的に楽しむ。



セミの声がいつの間にか聞こえなくなり、高くなった空にアキアカネの姿が現れるようになりました。

今年度も半分近く過ぎて、こども達の頼もしい成長を感じる今日この頃です。秋の始まりをこども達と感じつつ、様々な活動を楽しんでいきたいと思ひます。

1	金	始業式 避難訓練
2	土	
3	日	
4	月	安全生活指導週 薔薇組体育教室
5	火	
6	水	英語教室
7	木	体育教室
8	金	絵画教室
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	プラネタリウム見学 (もみじ組)
13	水	英語教室
14	木	体育教室
15	金	絵画教室

16	土	桜組試食会
17	日	
18	月	敬老の日
19	火	
20	水	英語教室
21	木	体育教室
22	金	絵画教室
23	土	秋分の日
24	日	
25	月	薔薇組体育教室 運動会 予行練習
26	火	誕生会
27	水	英語教室
28	木	体育教室
29	金	絵画教室
30	土	
31	日	



- 朝礼が9時30分から始まりますので、それまでに登園してください。ご家庭の都合などで遅刻される場合は、必ず9時30分までに連絡をお願いいたします。
- 薬を持参される方は職員に手渡しして頂きますようお願いいたします。また、朝・夕の投薬に変更できるか医師に確認していただけると助かります。

来月の予定

- 7日 運動会
- 14日 紫陽花組試食会
- 17日 避難訓練  
消防署見学 (もみじ組)
- 24日 誕生会
- 27日 秋の遠足 (乳児クラス)
- 30日~11月11日 個人懇談 (幼児クラス)





令和5年度  
認定こども園  
神の倉清涼保育園



### 災害の備えはできていますか？



9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する『防災の日』です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。

非常時は、こどもはとも緊張している状態です。少しでも安心してもらうためには、非常食が大切になってきます。非常食の選び方を確認してみましょう。

### こどものための非常食の選び方のポイント



#### 備蓄飲料 〈 いつも家で飲んでいるもの 〉

◎普段飲み慣れていないものだと、飲むことが出来ず、災害時に水分補給が出来ない場合があります。



水と混ぜるだけで出来る濃縮タイプの麦茶はミネラルも同時に補うことが出来る為、おすすめです！

#### 備蓄食 〈 こどもが好きなもの 〉



##### ・α化米&好きなふりかけ

簡単にご飯が出来上がります。

こどもの好きなふりかけをローリングストックしておきましょう。



##### ・こども用レトルトカレー

こどもの好きなキャラクターが書いてあるものだと、ストレスも緩和され、安心できます。



##### ・長期保存のパン

パンが好きなこどもにおすすめです。プレーンだけでなく味がついたパンもあると良いです。

非常食を食べる日を定期的に設けて、味に慣れておきましょう！

#### 旬の食材「椎茸」

##### 【調理の注意点】



・洗わず食べましょう！（風味が失われてしまいます）

・椎茸の軸は捨てずに食べましょう！（栄養がたっぷりです）

干し椎茸なら乾物の為、長持ちします！備蓄食料にもピッタリです！

## 8月の食育活動

### 〈長南瓜で南瓜サラダ〉

大きな長南瓜を頂いたので南瓜サラダにして食べました。こども達は大きく、重たい南瓜にびっくり！「甘くて美味しい。また食べたい！」と言っていました。



### 〈とうもろこしの皮むき〉

桃組、薔薇組でとうもろこしの皮むきを行いました。興味をもってくれ、率先してたくさん剥いてくれました！



## 9月の予定

16日（土）桜組試食会

26日（火）誕生会特別食

29日（金）お月見団子作り



### 〈梅シロップでクッキング〉

紫陽花組で梅シロップを使ってパフェを作りました。梅シロップはゼリーにし、ヨーグルトやバナナ、パイナップル、カラーシュガー、ホイップクリームから好きな食材を選び楽しく作りました。



## 今月のレシピ「里芋ごはん」

こども2人分 大人2人分

#### 〈材料〉

米	2合
だし汁	適宜
醤油	大きじ1
里芋	65g
しめじ	35g
鶏肉	35g

#### 〈作り方〉

1. 鰹だしをとり、冷ます
2. お米は研いで水気を切る
3. 里芋・しめじ・鶏肉は食べやすい大きさに切る
4. 炊飯ジャーにお米を入れ、2合の目盛りまでだしを入れる
5. 3の具と醤油を入れてかるく混ぜ、炊飯しできあがり！



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 ・ 12 金 ・ 火	ごはん 豚肉の生姜炒め 薩摩芋とひじきのサラダ	フルーツボンチ 牛乳	ぶたもも・普通牛乳	精白米・調合油・さつまいも・ 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・白桃缶・バイ ンアップル缶詰・バナナ
2 ・ 16 土	チキンライス コンソメスープ	ジャムサンド (2日) せんべい (16日) 牛乳	鶏ひき肉・普通牛乳	精白米・調合油・じゃがいも・ 食パン	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・ ブルーベリージャム
4 月	ごはん 鮭のさっぱり焼き 高野豆腐の含め煮	黄粉トースト 牛乳	さけ・凍り豆腐・きな粉・調 整豆乳・普通牛乳	精白米・三温糖・食パン	にんじん・さやいんげん・乾しい たけ
5 ・ 19 火	ごはん 鶏肉と冬瓜の煮物 なめことめかぶのじゃこ和え	ツナコーンパンケーキ 牛乳	鶏むね・絹ごし豆腐・しらす 干し・鶏卵・普通牛乳・まぐ ろ水煮缶詰	精白米・片栗粉・薄力粉・調合 油・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・コーン缶詰粒
6 ・ 21 水 ・ 木	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	おはぎ 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・精白米	たまねぎ・乾しいたけ・もずく・ きゅうり・にんじん
7 ・ 20 木 ・ 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・調合油・じゃがいも・ 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・ぶなしめ じ・青ピーマン・なし
8 ・ 22 金	中華飯 里芋のマッシュサラダ	マカロニかりんとう 牛乳	ぶたもも・鶏ひき肉・普通牛 乳	精白米・調合油・三温糖・ごま 油・片栗粉・さといも水煮・マ カロニ・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
9 ・ 30 土	茸のあんかけうどん 小魚スナック バナナ	ココアサンド 牛乳	若鶏むね・油揚げ・煮干し・ 普通牛乳	うどん・片栗粉・食パン・三温 糖・コーンスターチ	ぶなしめじ・にんじん・えのきた け・長ねぎ・バナナ
11 ・ 29 月 ・ 金	ごはん (11日) 里芋ごはん (29日) 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し	お好み焼き (11日) お月見団子 (29日) →未満児はみたらし五平餅 牛乳	さば・油揚げ・鶏卵・ぶたひ き肉・普通牛乳・若鶏むね・ 絹ごし豆腐	精白米・薄力粉・さといも水 煮・白玉粉・上新粉・三温糖・ 片栗粉・もち米	チンゲンサイ・キャベツ・にんじ ん・長ねぎ・トマトケチャップ・ ぶなしめじ
13 ・ 28 水 ・ 木	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 がいも・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
14 ・ 27 木 ・ 水	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・キャベツ・にんじん・ ぶなしめじ・なし
15 ・ 25 金 ・ 月	ドライ豆カレー 冬瓜ときのこのスープ	黒糖わらび餅 牛乳	ぶたひき肉・大豆水煮缶詰・ きな粉・普通牛乳	精白米・片栗粉・黒砂糖	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
26 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・ロール ケーキ	たまねぎ・にんじん・乾ひじき・ きゅうり・なし

☆ 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B 1	ビタミンB 2	ビタミンC
488 Kcal	19.3 g	14.5 g	241 mg	1.7 mg	179 μg	0.29 mg	0.36 mg	22 mg



# 9月ほけんだより

認定こども園 神の倉清涼保育園

8月が終わり、夏の楽しかった思い出を話すこどもたちの会話がたくさん聞こえてきます。まだ残暑はありますが、朝夕は少しずつ涼しくなってきますので、気温の変化で体調を崩さないよう気を付けましょう。

## けいれんが起きたら…？

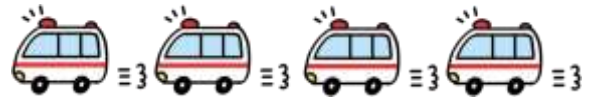
こどもがけいれんを起こしたら、まず衣服をゆるめ、嘔吐物を喉に詰まらせないように横向きに寝かせます。けいれんの続いた時間や、けいれんの部位を記録し、医師に伝えましょう。動画を撮っておくのも有効です。



### やっちはダメ！

舌をかまないようにと、口の中に布などを詰めるのはやめましょう。窒息の原因になります。また、けいれんしているこどもを揺さぶったり、押さえ付けたりしてはいけません。様子を静かに見守りましょう。

けいれんが起きたら救急車を呼ぶべきかどうか、判断に迷うところです。次のような症状があれば、至急呼びましょう。



- ・けいれんを起こすのが初めて
- ・頭を打った後にけいれんを起こした
- ・10～15分経過しても、けいれんが止まらない
- ・体の一部だけがけいれんしている
- ・けいれんが止まって、再度けいれんが起こった時
- ・けいれんが治まっても、意識が戻らない

## りんご病



咳や鼻水、微熱が出るなど、かぜによく似た症状が現れます。



両頬に発疹が現れ、段々とりんごのように赤く腫れてきます。同時に、腕や太もも、もしくは体全体に、レースの編み模様のような発疹が現れます。

### 対処法



発症時はかゆみを伴います。直射日光に当たったり、入浴すると、かゆみが強くなることがあります。発疹が消えるまでは、お風呂はシャワーだけにするなど、短時間で済ませるようにしましょう。

