

8月の園だより

2020年 8月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

ようやく梅雨が明け、朝顔が色鮮やかな花を咲かせる季節となりました。子ども達は、変わりゆく自然の変化を園庭のあちこちで発見しては、毎日嬉しそうに報告してくれます。子ども達の好奇心を満たし、開放的な気分を味わえるこの季節は、子ども達を大きく成長させる時です。今年の夏は感染症拡大防止のため、遠方への外出を控える方も多いと思いますが、お子さんが今夢中になっている遊びや試してみたいこと等に目を向け、一緒に目標を立て挑戦したり、じっくり楽しめる時間を大切にしてあげたいですね。お家でのちょっとした体験も、きっと素敵な夏の思い出になります。ご家族皆様にとって、この夏も有意義な時間が過ごせますように。

●●●お知らせ●●●

6月に予定しておりました年長児のお泊り保育に代わる活動として、園内にて **8月29日(土)9:00~17:00**まで年長児が「**みんなであそぼう！なつのおもいで おたのしみほいく**」を行います。この活動を通して年長児ならではの思い出に残るひと時が過ごせるよう、子ども達の健康と安全を十分配慮しながら実施してまいります。詳細は年長児クラスだよりにてお知らせいたします。通常保育のお子さんは、乳児室と2歳児保育室にて過ごしますので、ご理解ご協力の程、宜しくお願いいたします。

8月の行事予定

7	金	健康の日
14	金	防災の日
20	木	誕生会(各クラスで行います) 職員会議 乳児検診
22	土	父母会大役会
29	土	お楽しみ保育(年長児)※
屋上プールお休み期間 毎週土曜日&8月12日~14日		



●●●今後の予定●●● ※)新型コロナウイルス感染症拡大防止のため下記の予定が変更する場合があります

9月

- 5日(土)父母会役員会※
(かっきーまつりに向けての打ち合わせ)
- 10日(木)歯科検診※
- 17日(木)誕生会 園医健診※
- 19日(土)あさお子育てフェスタ 中止となりました
(麻生区の子育て応援イベント)
- *アルナ園交流 中止となりました
- *麻生区保育まつり(年長児) 中止となりました

10月

- 6日(火)運動会通し練習※
- 10日(土)運動会※
(雨天11日→11日雨天14日)
- 22日(木)4,5歳児芋ほり遠足※
- 15日(木)誕生会
- 16日(金)移動動物園※
- 30日(金)0・5歳児懇談会※
- *秋の保育参観・面談(10月~12月)※

上記予定している園行事、および父母会行事については、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点により、一部内容を検討しております。父母会行事の今後の取り組みについては、今月発行予定の「父母会だより」にてお知らせいたします。園行事の「運動会」および「懇談会」「保育参観・面談」につきましても、内容等検討し、決まり次第セコムメール連絡網、およびプリント配布や園内掲示にてお知らせいたしますので、ご確認の程、よろしくお願いいたします。

●○○楽しかったね！夏まつり●○○

先月行われた夏まつりでは、父母会役員の皆様をはじめ、保護者の皆様には沢山のご協力をいただきありがとうございました。うちわやちょうちん、おみこし作りや盆踊りで日ごとに期待が高まり、当日は最高潮！を迎え大喜びだった幼児クラスの子ども達。乳児クラスでは、はじめてのお祭りの雰囲気に対し緊張しながらも、部屋に戻るとみんな嬉しそうな表情を見せてくれた子ども達でした。



そして、各家庭でご用意いただいた紙袋の「お買い物バック」をずっと大切に持ち歩く子ども達の姿も印象的でした。今年は、感染拡大防止に努めるなかで、例年とは異なる形での実施でしたが、保護者の皆様のお力添えにより子ども達の笑顔をたくさん見ることが出来たこと、心より感謝申し上げます。また、保護者の皆様

が作ってくださった廊下やホールの装飾、大役員の皆様からの「父母会だより特別号」も、余韻を楽しむ素敵な機会となりました。併せてお礼申し上げます。今後の父母会行事につきましても、引き続きご協力いただきますよう、どうぞ宜しくお願いいたします。



●○○夏野菜、大豊作です！●○○

※給食の夏カレー(なす、トマト、ピーマン、パプリカ)、おやつに枝豆が登場しています！

子ども達が春から育てている夏野菜は、只今収穫真っ盛り！枝が伸び、花が咲いて、実が膨らんでゆく様子をじっくり観察しながら、子ども達は毎日せせと水やりをして、沢山お世話をしてくれています。ピーマンを育てる2歳児さんは、実がもっと大きくなるように、時々先生達と一緒に「大きくなあれ！」と魔法をかけています。はじめて収穫したときは、思わず拍手をして喜びました。今もツヤツヤのピーマンがいっぱいです。かきっこさんが育てるオクラは、5月下旬にはじめて収穫をしました。子ども達はオクラを手にとると不思議そうに見ながら、その感触を確かめていました。先月は「オクラスタンプ」で花火を製作。色とりどりの星型がなんともかわいいですね。



5歳児さんが育てるトマトもぐんぐん生長し、6月には子ども達の背の高さを超えていました。緑だったトマトが赤くなるたび収穫しては、その香りも楽しんでます。長雨が続く、6月下旬には葉っぱに白い模様が表れ「うどん粉病」が判明。園長先生が日当たりと風通しを良くし、消毒をしてくださりました。みんなの想いに答えるかのように、トマトは今もお日様に向かって元気に育っています。クラスでつづった「栽培日記」の一部を1階さくら組前に掲示していきますので、ぜひご覧くださいね！



「パパ、ママみてみて！」お迎え時、親子で観察。その姿にほっこり和みます♪





8月の保健だより

2020年8月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

いよいよ夏本番です。急な暑さに体がまだ慣れていない時期です。こまめな水分補給をしながら熱中症対策をし、たくさんの夏ならではの遊びを楽しみたいですね。寝苦しいときは適度に冷房も利用して十分な睡眠がとれるように心がけましょう。

7月の欠席状況

発熱 30名 咳 7名 下痢・腹痛 6名 咳 6名 喘息 1名 鼻水 2名
クループ症候群 1名 突発性発疹 1名 手足口病 1名

(柿生保育園 161名、柿生かきっこ保育園 22名中)

夏バテ

夏バテの大きな原因は、暑さによる食欲低下で、冷たい食物の摂取が多くなり、食事のバランスが偏ってしまうことです。また、大量の汗をかくことで体が水分不足になり、熱帯夜の寝苦しさをからくる睡眠不足などの条件が重なって、体調を崩す場合が多いようです。

夏バテ予備軍 チェック

- 冷たい麺類など、火を通さない料理を食べることが多い
- 冷たい飲み物やアイスをたくさんとる
- 野菜はほとんど食べない
- 冷房の効いた部屋に長時間いて、寝る時もクーラーをかける
- 入浴はシャワーで簡単に済ます
- 夜更かしをする
- 運動量が少ない



夏バテSTOP! お家でできる予防法

普段から運動をしてお風呂にゆづり浸かることで、汗をかく習慣を付けましょう。水分補給は麦茶がお勧めです。冷房で室内を冷やしすぎないようにしましょう。また、夏野菜は体を冷やしてくれるので、しっかりとりましょう。味噌汁も夏の疲れた胃腸にはぴったりです。



※保護者の方へお願いします。

有効期間が切れた医療証は使用することできません。医療証が新たに届いた際は、医療証をコピーして健康手帳へ新しく貼り換えをお願い致します。



歯科健診のお知らせ

延期におっておりました歯科健診を下記の通りおこないます。

日時：9月10日(木) 10:00~

対象：柿生保育園・柿生かきっこ保育園 全園児

* 歯科担当医は安藤歯科医院の安藤優先生です。

日程が変更となる可能性があります。

室内の温度調節



室内にいても熱中症になることがあります。冷房を上手に使用して温度調節をおこないましょう。扇風機も一緒にまわすと、空気が循環して、室内の温度が一定に保たれます。

また、お昼寝の際には、室内でも日陰になる場所を選び、冷房や扇風機の風が子どもの体に直接あたらないよう、工夫しましょう。

また、乳児のお昼寝の場合には、時々手足を触るなどして、冷え過ぎていないかどうかチェックしましょう。

8月7日は「鼻の日」

「鼻の役割」

- ・においをかぐ
- ・呼吸をする
- ・ほこりをとる

「鼻を大切にしましょう」

- ・鼻をかむときは片方ずつ静にかみましよう。両方、一緒に強くかむと耳を傷めてしまいます。また、鼻の中に物をいれないように気を付けましよう。



健康集会



7月に3歳、4歳、5歳の各クラスで健康集会を実施しました。テーマは、【熱中症】について子どもたちと予防方法を考え、熱中症予防のお約束を確認しました。子どもたちに熱中症にならないためにどうしたらよいのかを質問すると「帽子をかぶらないとね。」「ちゃんとお水飲んでる。」「体の水分がなくなっちゃうんだよね。」と理解している子が多かったです。外で遊ぶときに帽子をかぶる必要性、ジュースではなく水かお茶を飲むこと、水分摂取の重要性、元気がないと熱中症になりやすくなるため、早寝早起きとご飯をしっかり食べることの大切さを伝えました。今後、暑くなるので保育園でも熱中症に気をつけていきます。



- ～ おやくそく ～
- ①ぼうしをきちんとかぶりましょう
 - ②こまめにおみずをのみましょう
 - ③みずかおちゃをのみましょう
 - ④はやねはやおき、ごはんをしっかりたべましょう

【 咳エチケット 】



子どもたちへ感染症についても少しお話をしました。ばい菌が咳をした時には2m 飛ぶこと、くしゃみをした時には3m 飛ぶことをテープを使用し伝えました。実際に目で距離をみることで感染の危険性について感じる事ができたと思います。くしゃみや咳をするときは『咳エチケット』をしてばい菌が飛ばないように注意することを確認しました。今後も手洗い、歯磨きをしっかりする約束をしました！



給食だより

2020年8月

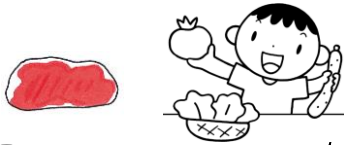
夏の食事について



夏は暑さのため食欲が落ちたり、体の疲れから消化機能も低下するため、さっぱりとした麺類だけの献立になりがちですが、これでは栄養バランスもよくありません。不足しがちなビタミンやミネラル類を多く含んだものを取り入れたり、香辛料などを利用するなどして夏バテ予防をしましょう。

プラスでバランスアップ

さっぱりとしたそうめんには茹でたしゃぶしゃぶ用の豚肉や、きゅうりやトマトなど野菜も添えると、彩りも鮮やかになり、栄養バランスもよくなります。



冷たくさっぱりと

かぼちゃのポタージュスープやとうがんの薄くず煮など冷やすと口あたりもよく食べやすくなります。



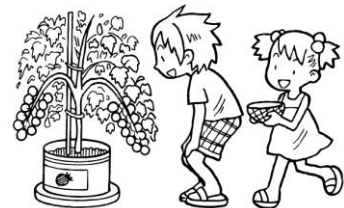
香味野菜や香辛料で風味付け

肉や魚の下味付けに生姜やにんにくを加えたり、酢の物やスープに胡麻油を足すことで風味もよくなります。香味野菜には食欲を増したり血行をよくする働きがあります。



夏ならではの食体験

夏野菜はプランターなどで手軽に栽培できるものが多く、変化の様子や収穫を楽しむことができます。夏のお休みなどを利用して家族で栽培、買い物や料理などを体験することで食への興味も広がることでしょう。



8がつのこんだて

1・15(土)	3・24(月)	4・18(火)	5・19(水)	6(木)
ごはん 豆腐のチャンプルー 粉吹芋 味噌汁 フルーツ	ごはん 擬製豆腐 モロヘイヤのおひたし 味噌汁 フルーツ	ごはん 魚の立田揚げ 小松菜の胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ごはん なすと豚肉の味噌炒め かぼちゃのバター煮 味噌汁 フルーツ	ごはん 肉じゃが トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁 フルーツ
牛乳 ぶどうパン 揚げせんべい	牛乳 ジャムパン	牛乳 枝豆 サブレックッキー	牛乳 ふりかけごはん	調整豆乳 サブレックッキー 塩味せんべい
7・21(金)	8・29(土)	11・25(火)	12・26(水)	13(木)
ごはん なすのハンバーグ 人参サラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん ポークビーンズ きゅうりの中華和え 味噌汁 フルーツ	ごはん タンドリーチキン じゃが芋とベーコンのソテー トマト入り卵スープ フルーツ	ごはん 魚のポテトフレーク焼き 和風スパゲティサラダ モロヘイヤのスープ フルーツ	ごはん そぼろ卵焼き 磯煮 味噌汁 フルーツ
牛乳 きなこ揚げパン	牛乳 スナックパン のり塩せんべい	牛乳 わかめごはん	牛乳 人参ごはん	牛乳 茹でとうもろこし 甘辛せんべい
14・28(金)	17・31(火)	22(土)	27(木)	20(木)お誕生会♪
ごはん カレー フレンチサラダ フルーツ	ごはん ポークチャップ 野菜ソテー 味噌汁 フルーツ	ごはん 肉じゃが きゅうりのおかか和え 味噌汁 フルーツ	ごはん レバーの立田揚げ 春雨サラダ 味噌汁 フルーツ	ジャムサンド 鶏肉のカレー焼き シーザーサラダ かぼちゃのスープ デザート
牛乳 ぶどう寒天 クラッカー	お茶 肉味噌うどん	牛乳 サブレックッキー 塩味せんべい	牛乳 茹でとうもろこし 甘辛せんべい	牛乳 カステラ あられ

◎発注の都合上により献立の変更がある場合がありますが、ご了承下さい。
◎午前中、乳児のおやつには牛乳が付きまます。
◎_____は、全園児主食提供です。
◎フルーツはメロン、すいか、ぶどうの予定です。

献立レシピの紹介



わかめごはん

<材料> 1合 = 3~4人分

米 1合 油 小さじ1
人参 20g だし汁 40cc
わかめ 10g 砂糖 小さじ1/2
しらす干し 大さじ1 しょう油 小さじ2/3

<作り方>

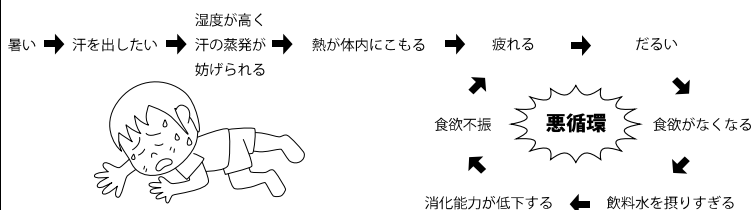
- ① 米は炊いておく。
- ② 人参はせん切りに、わかめは塩ぬきをして細かく切る。
- ③ しらす干しは熱湯にくぐらせ、塩分を抜いておく。
- ④ 鍋に油を熱し、人参を炒める。火が通ったらだし汁と調味料を加え、ひと煮立ちする。
- ⑤ わかめとしらす干しを加え、弱火で煮詰める。
- ⑥ 炊いたごはんに出て上がった具を混ぜ合わせたら出来上がり。



夏バテ予防

夏真っ盛り。暑い日が続きますね。お子さんの様子はいかがですか。夏バテしていませんか。まだまだ続くこの暑い日々を元気に過ごすために、食生活も気をつけていきましょう。

《夏バテの原因》



《夏バテを予防するポイント》

① こまめに水分補給をしましょう。



② 冷たいものを摂り過ぎないようにしましょう。



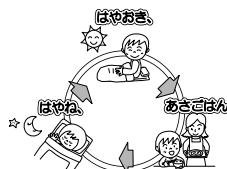
③ 新鮮な野菜や果物をたっぷり取りましょう。



④ ビタミンB1を補給しましょう。



⑤ リズムある生活をしましょう。



睡眠を十分にとり、疲れを溜め込まないようにすることは大切です。規則正しい生活をし、リズムある生活を送ることは適切な睡眠に導くために欠かすことができません。