



8月えんだよい

令和4年 8月1日 発行 社会福祉法人釜石愛育会 小佐野保育園
担当 佐々木亜寿香

雨上がりの久しぶりのおひさまに、子どもたちは喜びの声をあげて戸外で遊んでいます。先月行われた夏まつり。昨年に引き続き子どもたちと職員での開催となりましたが、お店屋さんをまわったり踊ったりして、夏まつりを楽しんだ子どもたちです。

天気の良い日には水遊びを楽しみに心躍らせていますよ♪園でも、適切な水分補給と十分な休息を心がけていますが、夏場は予想以上に体力を消耗しています。ご家庭に戻った後も、十分な水分と栄養とたっぷりの睡眠がとれるようご配慮いただき、子どもたちが生き生きと夏を楽しめるようにしていきたいですね。

保育士 佐々木亜寿香



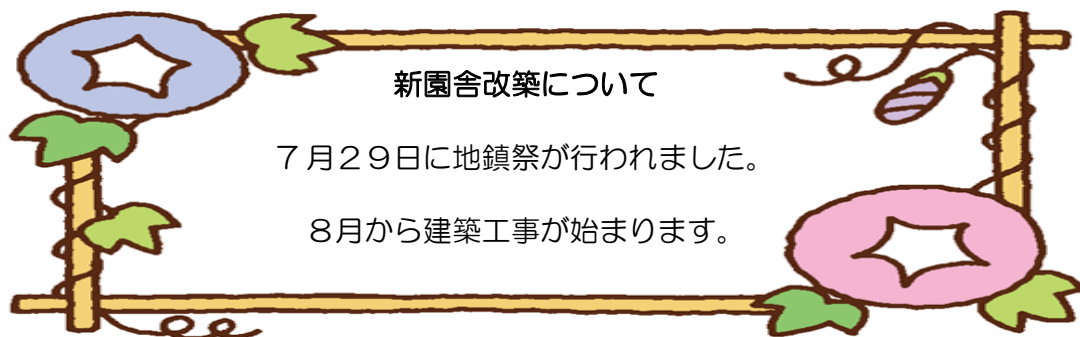
おたん生日おめでとう



行事予定

- 13日(土) お弁当の日
- 15日(月) お弁当の日
- 16日(火) お弁当の日
- 19日(金) プール指導(5歳児)
- 31日(水) 誕生会

※避難訓練は日時を決めずに行います。



新園舎改築について

7月29日に地鎮祭が行われました。

8月から建築工事が始まります。

おねがい

お盆休みに入る方は、お布団類や上靴などお持ち帰りして、天日干しやお洗濯をしていただきたいと思います。

休み明けには、お布団にシーツをセットした状態で持って来てください。

また、お布団や着替えなどの持ち物にすべて記名してあるか、確認をお願いします。



クラスだよい

☆**ぞうぐみ**☆先月の夏まつりでは、子どもたちのあふれる笑顔で、ぞう組のお店屋さんも大盛況となり、楽しい時間を過ごすことが出来ました。楽しい夏の思い出の一つとなったのではないかと思います。暑い日が続く、体も疲れやすくなっていますので、休息をとりながら元気に思い出に残る『夏』にしていきたいですね。

☆**くまぐみ**☆先月は、七夕会に夏まつりと行事に楽しく参加することが出来ましたね!!楽しく踊ったり、お友達とお店屋を回ったりして楽しむことが出来ました。楽しい夏の思い出が出来ましたね!先月の後半から水遊びが始まっていた!朝ご飯をしっかり食べて、8月も暑さに負けず、元気に過ごしたいですね。汗を沢山かく季節ですので、タオルの持参・着替えの補充のご協力もお願い致します。

☆**らいおんぐみ**☆先月の夏まつりは天気が心配でしたが、屋外で行うことができ、喜んでいただけました!元気に踊りを踊ったり、お友達と一緒にお店を回ったりと、とてもたのしそでしたよ。水遊びはプールに入ることは出来ませんが、水鉄砲で遊んだりおもちゃすくいをしたり楽しんでいますよ。今月も体調管理には十分に気を付け、みんなで元気に過ごしていきたいですね。

☆**きりんぐみ**☆先月行われた夏まつりごっこでは、ぞう組のお兄さんお姉さんとダンスを踊ったり、お友だちと一緒にいろいろなお店をまわったりして、子どもたちの笑顔でいっぱい夏のまつりとなりました。暑い夏にぴったりのアイスをおいっぴいに頬張る子どもたち、楽しい夏の思い出ができましたね。今月も体調管理に十分に気を付けながら、水遊びをしたり戸外で体を動かして遊んだりして、伸び伸びと過ごしていきたいと思います。

☆**あひるぐみ**☆先日は夏まつりごっこや回数は少なかったですが、水遊びなど楽しむことが出来ました。夏まつりごっこでは、ぞうぐみのお兄さんお姉さんとダンスしたり、保育者と一緒にお店まわりをしたり時間いっぱい笑顔で楽しんでいましたよ!まだまだ暑い日が続くかと思いますが、体調管理をしっかりしながら、今月も水遊びなど楽しみたいと思います。ご家庭でも体調管理をお願いします。

☆**こあらぐみ**☆先月は雨の日が多く、ジメジメとした日が続いていましたが、子どもたちは探索活動を楽しんだり、音楽に合わせて体を動かしたり、ゆったり過ごしました。今月は、こまめな水分補給や水遊びを行いながら、暑さ対策をして快適に過ごせるようにしていきたいです。

汗をかいて着替えをすることが増える時期です。汗拭きタオルや着替えの補充をお願いします。



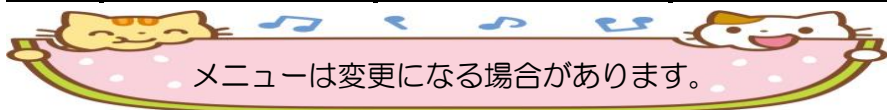
8月献立表



R4年度

小佐野保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
未満児おやつ	りんご果汁	牛乳	牛乳	野菜&フルーツ	元気ヨーグルト	元気ヨーグルト
給食	卵とハムのミックスサンド 牛乳 みかん	ミルクカレー ブロッコリーごま酢和え 味噌汁 バナナ	厚揚げの中華五百煮 茄子のみそ炒め 一口がんもの含め煮 清まし汁 バナナ	野菜焼肉 キャベツと若布の酢の物 バークドカレーポテト 味噌汁 ぶどう	冷やしきつねうどん 竹輪の磯辺揚げ ツナとトマトの和え物 すいか 御飯はいりません	ウィンナーロール 卵スープ バナナ 御飯はいりません
	パビコ ハッピーターン	ソファール せんべい	白い風船・チーズ 以：牛乳 未：麦茶	黒糖蒸しパン 牛乳	鮭わかめおにぎり 牛乳	クッキー 牛乳
エネルギー	以 367 kcal 未 391 kcal	以 371 kcal 未 474 kcal	以 367 kcal 未 383 kcal	以 401 kcal 未 420 kcal	以 496 kcal 未 413 kcal	以 378 kcal 未 314 kcal
たんぱく質	11.6 g 11.3 g	16.6 g 18.2 g	20.2 g 16.1 g	20.4 g 16.5 g	22.6 g 19.2 g	12.2 g 11.7 g
脂質	16.8 g 15.7 g	12.3 g 13.3 g	21.1 g 15.0 g	13.9 g 10.0 g	15.1 g 12.0 g	19.4 g 14.2 g
食塩相当量	1.2 g 1.1 g	2.9 g 2.1 g	1.9 g 1.4 g	1.5 g 1.3 g	3.0 g 2.2 g	1.2 g 0.8 g
日付	8	9	10	11	12	13
未満児おやつ	牛乳	元気ヨーグルト	牛乳	山の日		ぶどう果汁
給食	しらす納豆 大根とごぼうと豚肉の甘辛煮 シルバーサラダ 味噌汁 オレンジ ツナカレートースト 以：牛乳 未：麦茶	ドライカレー スパゲティサラダ キャベツのゆかり和え コンソメスープ すいか キャラメル麩 牛乳	甘味噌のチャブチェ 若布とコーンのソテー 小松菜のり醤油和え 清まし汁 メロン マシュマロサンド 以：牛乳 未：麦茶	基準値		お弁当  カルシウムせんべい 牛乳
エネルギー	以 351 kcal 未 392 kcal	以 394 kcal 未 463 kcal	以 395 kcal 未 387 kcal	以 400 kcal 未 480 kcal		以 124 kcal 未 151 kcal
たんぱく質	18.5 g 16.1 g	17.5 g 17.9 g	19.6 g 15.0 g	24.0 g 20.0 g		5.0 g 4.4 g
脂質	15.8 g 12.6 g	20.8 g 16.5 g	17.3 g 11.4 g	16.0 g 14.0 g		5.5 g 4.9 g
食塩相当量	2.4 g 1.7 g	1.9 g 1.4 g	2.0 g 1.4 g	2.3 g 2.2 g		0.3 g 0.2 g
日付	15	16	17	18	19	20
未満児おやつ	牛乳	元気ヨーグルト	牛乳	牛乳	元気ヨーグルト	ぶどう果汁
給食	お弁当  マスケットゼリー せんべい	お弁当  ミニチョコパン ミルージュ	豚の生姜焼き 春雨サラダ 法蓮草ともやしの和え物 味噌汁 オレンジ ごまラスク ジョア	魚のカラフルマヨネーズ焼き 南瓜の天ぷら マカロニケチャップソテー 味噌汁 梨 焼うどん 以：牛乳 未：麦茶	夏野菜の麻婆ラーメン ブロッコリーのチーズ焼 和風サラダ すいか 御飯はいりません 揚げあんぱん 牛乳	食パン アンパンマンカレー 牛乳 バナナ 御飯はいりません ヨーグルト サブレ
エネルギー	以 82 kcal 未 138 kcal	以 249 kcal 未 233 kcal	以 406 kcal 未 494 kcal	以 387 kcal 未 416 kcal	以 549 kcal 未 458 kcal	以 394 kcal 未 356 kcal
たんぱく質	0.7 g 3.8 g	3.9 g 5.0 g	19.1 g 20.0 g	21.2 g 17.9 g	22.6 g 20.0 g	13.1 g 10.8 g
脂質	0.1 g 3.9 g	9.2 g 6.5 g	19.1 g 17.5 g	16.3 g 12.8 g	17.6 g 14.1 g	10.2 g 8.4 g
食塩相当量	0.1 g 0.2 g	0.2 g 0.2 g	1.7 g 1.4 g	2.1 g 1.5 g	2.1 g 1.6 g	1.4 g 1.0 g
日付	22	23	24	25	26	27
未満児おやつ	牛乳	元気ヨーグルト	牛乳	牛乳	元気ヨーグルト	元気ヨーグルト
給食	豆腐入り鶏つくね 三色野菜の中華和え トマトのオーロラソース 味噌汁 オレンジ 苺ミルクゼリー せんべい	竹輪フライマヨネーズかけ 南瓜の煮物 せん切りサラダ スープ メロン キャロットケーキ 牛乳	豆腐入りハンバーグ マカロニサラダ 法蓮草の和え物 味噌汁 梨 茹でもろこし ジョア	鶏肉ケチャップカレー炒め キャベツサラダ 高野豆腐のおかか煮 味噌汁 ぶどう フルーツヨーグルト せんべい	うどんのタンメン風 ごぼうサラダ ひじきと豚肉のソテー バナナ 御飯はいりません おから入り揚げドーナッツ 牛乳	ピザパン 卵スープ オレンジ 御飯はいりません 南部ごませんべい 牛乳
エネルギー	以 298 kcal 未 419 kcal	以 389 kcal 未 436 kcal	以 404 kcal 未 498 kcal	以 313 kcal 未 409 kcal	以 480 kcal 未 416 kcal	以 298 kcal 未 275 kcal
たんぱく質	13.7 g 15.6 g	12.0 g 13.4 g	22.6 g 22.9 g	19.5 g 19.0 g	17.0 g 15.7 g	11.4 g 11.2 g
脂質	11.5 g 12.9 g	15.7 g 11.9 g	15.9 g 15.6 g	9.0 g 10.5 g	17.7 g 13.7 g	12.5 g 10.3 g
食塩相当量	1.7 g 1.3 g	2.4 g 1.6 g	1.8 g 1.4 g	2.0 g 1.5 g	2.7 g 2.1 g	1.0 g 0.7 g
日付	29	30	31	<div data-bbox="1020 1986 1379 2499" data-label="Complex-Block"> <p>塩分のとり過ぎに 注意しましょう</p> <p>熱中症予防には塩分の補給が必要だといわれますが、子どもの1日当たりの塩分摂取目標量は、6から11ヶ月が1.5g、1～2歳が3g未満、3～5歳が3.5g未満と少量です。ふだんの食事は必要以上に味を濃くせず、塩分をとり過ぎないように心がけましょう。</p>  </div>		
未満児おやつ	野菜&フルーツ	牛乳	元気ヨーグルト			
給食	鮭のレモン漬け ポテトサラダ ブロッコリーのさっぱり和え 味噌汁 オレンジ マシュマロフレックスナック 牛乳	麻婆豆腐 春雨サラダ 法蓮草ともやしのナムル 味噌汁 梨 ごま団子 以：牛乳 未：麦茶	鶏の塩麹唐揚げ フレンチサラダ 南瓜のマッシュ 味噌汁 ぶどう ホワイトボンチ ウエハース			
エネルギー	以 435 kcal 未 460 kcal	以 395 kcal 未 435 kcal	以 468 kcal 未 533 kcal			
たんぱく質	23.7 g 18.0 g	17.0 g 15.3 g	18.8 g 18.3 g			
脂質	19.9 g 13.9 g	18.4 g 14.5 g	16.7 g 18.3 g			
食塩相当量	2.0 g 1.7 g	2.2 g 1.8 g	1.4 g 1.0 g			



**朝ごはんを食べて
夏バテを吹き飛ばそう**

- 早寝・早起きで、毎日の生活リズムをしっかりとつくりましょう。
- 朝ご飯を食べましょう。
- タンパク質・ビタミン・ミネラルを十分にとりましょう。

