



7月 園だより

令和7年7月1日（火）発行 中妻子供の家保育園 担当 永井

先月から暑い日が続いていますが、子ども達は、好きな遊びを見つけながら元気いっぱいに楽しんでいます。

先月はお忙しい中、個人面談にお越しいただきありがとうございました。今後も園とご家庭とで連携をとりながら、子ども達の成長を見守っていききたいと思います。

今月は、七夕会に夏まつりなど楽しい行事がたくさんあります。ホールや保育室からは、元気なダンスや歌声が聞こえてきます。また、クラスごとにお飾り作りも楽しんでいますよ。

体調に気をつけながら、楽しい思い出がたくさんできるといいですね。

～7月の行事予定～

- 1日（火）安全点検、七夕飾り付け、目の屈折検査（りす組）
- 7日（月）七夕会
- 11日（金）日本舞踊見学（ぱんだ組）
- 19日（土）夏まつり
- 25日（金）誕生会



～子育て支援センター行事～

- 7日（月）七夕会（園児交流）
- 16日（水）、22（火）ママともえ先生のハンドメイド講座
- 19日（土）夏まつり（園児交流）
- 22日（火）～31日（木）水遊び期間
- 28日（月）、29日（火）13時～15時30分 ワクワクスクール



～プール遊びについて～

今月の下旬から、園庭でプール遊びを行います。下記の物に記名をし、**ビニール製のバックに入れて、夏まつり後にお持ち下さい。**

《持ち物》

○ひよこ0・1・2組…水遊び用パンツ、Tシャツ（紫外線対策）、バスタオル
○りす・うさぎ・ぱんだ組…水着（着脱しやすい物）、水泳キャップ、バスタオル、Tシャツ（紫外線対策）

※プールカード未記入の場合は、プール遊びができません。配布後は、毎日お持ちください。

※虫刺されや傷、とびひなど皮膚疾患がある場合は、水遊びができない場合があります。



7月生まれのおともだち



おめでとうございます🎉



～夏まつりについて～

日時：7月19日（土）15時30分

登園：5歳児…15時10分

0～4歳児…15時20分

参加：全園児

（ひよこ0・1・2組のお友だちは、早めに降園される際、担任に声をかけてくださいね。）

場所：保育園園庭（雨天時：ホール）

※食券・飲み物を忘れずにお持ち下さい。



～おしらせ～

ひよこ1組担任の 前野 華帆保育士が
7月3日（木）から産休になります。後任は、現在、
ひよこ1組担当の 菊池 菜那保育士となります。
よろしくお願いします！



～おねがい～

- ・園舎側の縦列駐車は、車の前方を警察署方向に向けて停めていただくよう、お願いします。
- ・園駐車場隣の空き地への駐車は、ご遠慮ください。
- ・登降園時は駐車場が混み合いますので、お子さんと手を繋ぎ、安全に気をつけ、歩きましょう。
- ・保護者の方から、水筒を毎日持参することが大変というご意見をいただきました。職員で検討し、天気の悪い日は水筒を持ってこなくても良いことにしたいと思います。厳しい暑さが続いているため、熱中症予防の観点からも、夏の間は引き続き水筒持参のご協力をお願いします。



～クラスだより～

《うさぎ・ぱんだ組》 先月は雨の日の散歩を楽しんだり、寒天遊びに小さい組さんを招待して一緒に遊びました。今月はいよいよみんなが楽しみしている夏まつりがあります。ぱんだ組が中心となって話し合いをすすめ、準備をがんばっていますよ！みんなで楽しい思い出を作りましょう♪

《りす組》 おたまじゃくしから、エサやり、水槽の掃除などみんなでお世話し、カエルまで育てることができました。おたまじゃくしに手足が生えたり、何を食べる？の疑問を調べたり、良い経験となったようです。今月は、泥、水、色水など思い切り、この時期しか経験できない遊びを全身で楽しみたいと思います。

《ひよこ2組》 6月は、ひよこ2組の保育室の環境がガラッと変わり、これまで以上にいつでも好きな玩具で遊んだり、お店屋さんごっこが楽しめるようになりました。子どもたちは日々伸び伸びと過ごしていますよ。今月は夏まつりや水遊びなど、この時期ならではの活動を楽しみたいと思います。

《ひよこ1組》 今月は、夏まつりや水遊びなど夏ならではのイベントが待っています。体調に気を付けながら、毎日過ごしていきたいですね。お着替えも多くなると思いますので、こまめに補充をお願いします！

《ひよこ0組》 今月は、七夕に夏まつり、水遊びと楽しいことがたくさんあります。0歳児なりに、無理のない範囲で楽しめたらいいと思います。体調には十分、気を付けたいですね。





R7年度



7月 献立表



中妻子供の家保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
未満児 おやつ	・早寝早起き ・朝ごはんを食べる ・冷たいものを食べ すぎない ・水分をしっかり とろう	牛乳 松風焼き ビーフンソテー プロテインサラダ すまし汁 果物	ヨーグルト 竹輪フライマヨネーズかけ ほうれん草のごま和え 胡瓜とトマトの酢の物 みそ汁 果物	りんご果汁 鶏肉ケチャップカレー炒め ひじきとベーコンのソテー ブロッコリーのさっぱり和え スープ 果物	ヨーグルト 夏野菜の冷やしパスタ 鶏肉の照り焼き キャベツのサラダ スープ・果物 ご飯はいりません	ヨーグルト アンパンマンカレー ロールパン ブロッコリー 牛乳・果物 ご飯はいりません
給食	基礎値	アメリカンドック 麦茶	南瓜の冷やし汁粉 牛乳	ちんすこう ショア	カルシウムトースト 牛乳	お菓子 飲み物
エネルギー	以 430 kcal 未 480 kcal	以 482 kcal 未 504 kcal	以 425 kcal 未 487 kcal	以 407 kcal 未 478 kcal	以 424 kcal 未 348 kcal	以 417 kcal 未 339 kcal
たんぱく質	23.0 g	20.0 g	20.2 g	15.8 g	23.9 g	19.0 g
脂質	15.0 g	14.0 g	26.0 g	15.4 g	17.1 g	10.5 g
食塩相当量	1.6 g	1.4 g	2.4 g	2.1 g	3.2 g	1.7 g
日付	7	8	9	10	11	12
未満児 おやつ	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	りんご果汁	ヨーグルト
給食	七夕そばろちらしご飯 ツナとトマトの和え物 天の川サラダ すまし汁・果物 ご飯はいりません	鯖の生姜焼き ラタトゥユ 小松菜とコーンの和え物 みそ汁 果物	スパニッシュオムレツ ジャーマンポテト いんげんのおかか和え みそ汁 果物	とうもろこしのミートボール 中華風冷奴 小松菜のサラダ みそ汁 果物	茄子入り麻婆ラーメン 赤魚の香味焼き たたき胡瓜 果物 ご飯はいりません	焼きそば 牛乳 果物 ご飯はいりません
おやつ	七夕ゼリー 星たべよ	揚げあんぱん 牛乳	ブルーチェ ウエハース	さつまいもパイ 牛乳	おからドーナツ 牛乳	飲み物 果物
エネルギー	以 604 kcal 未 484 kcal	以 402 kcal 未 434 kcal	以 370 kcal 未 435 kcal	以 422 kcal 未 496 kcal	以 554 kcal 未 452 kcal	以 373 kcal 未 324 kcal
たんぱく質	19.5 g	23.2 g	17.9 g	19.9 g	31.5 g	14.2 g
脂質	16.8 g	15.0 g	19.3 g	19.9 g	18.2 g	6.8 g
食塩相当量	1.8 g	1.9 g	1.7 g	2 g	1.5 g	1.7 g
日付	14	15	16	17	18	19
未満児 おやつ	ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳	夏祭り
給食	ふわふわキーマカレー ブロッコリーチーズ焼き 大根のゆかり和え スープ 果物	しらす納豆 ひじきと豚肉の炒め煮 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物	ほうれん草のキッシュ 春雨と胡瓜のサラダ 粉吹芋甘みそかけ すまし汁 果物	鮭の洋風焼き 切干大根のカレーソテー 小松菜の五目和え みそ汁 果物	冷し中華 鶏の塩麴焼き キャベツと竹輪の味噌マヨ和え ご飯はいりません	
おやつ	豆乳わらび餅 牛乳	おからケーキ 牛乳	黒糖アガサー 牛乳	小倉ケーキ 牛乳	コーンフレーククッキー 牛乳	
エネルギー	以 406 kcal 未 462 kcal	以 347 kcal 未 426 kcal	以 395 kcal 未 460 kcal	以 439 kcal 未 508 kcal	以 560 kcal 未 474 kcal	
たんぱく質	19.2 g	17.6 g	17.7 g	23.1 g	29.7 g	
脂質	19.3 g	17.8 g	16.3 g	18.4 g	20.3 g	
食塩相当量	2.6 g	2 g	2.2 g	2 g	2.7 g	
日付	21	22	23	24	25	26
未満児 おやつ	海の日 	牛乳	牛乳	りんご果汁	りんご果汁	ヨーグルト
給食		ビーマン入りハンバーグ すき昆布の炒め煮 コールスローサラダ みそ汁 果物	鱈のオランダ揚げ 胡瓜のごま油和え 春雨の炒り煮 すまし汁 果物	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ ほうれん草ののり和え みそ汁 果物	チキングラパン ブロッコリーの胡麻和え トマト スープ・果物 ご飯はいりません	鶏肉洋風うどん スティックチーズ 果物 ご飯はいりません
おやつ		ピザトースト 以：牛乳 未：麦茶	人参ショートブレッド 牛乳	ソフル せんべい	チョコバナナ 牛乳	飲み物 お菓子
エネルギー		以 430 kcal 未 445 kcal	以 438 kcal 未 487 kcal	以 380 kcal 未 448 kcal	以 523 kcal 未 431 kcal	以 316 kcal 未 304 kcal
たんぱく質		23.8 g	21.5 g	18.0 g	23.5 g	18.4 g
脂質		18.5 g	20.9 g	16.6 g	18.7 g	4.4 g
食塩相当量		2.4 g	1.6 g	1.4 g	2.2 g	1.3 g
日付	28	29	30	31	ビタミンBで 夏バテ防止 夏は、エネルギー代謝に使われる ビタミンBが不足ぎみ。それにより 夏バテが起こりやすくなります。 食事の中にビタミンB群を意識的 に取り入れるようにしましょう。 ビタミンBが豊富な食材 豚肉 レバー エダマメ ダイズ ゴマ 胚芽米 など	
未満児 おやつ	牛乳	ヨーグルト	牛乳	牛乳		
給食	鰯の包み揚げ オクラのおかか和え トマトサラダ みそ汁 果物	豆腐ステーキのきのこソースかけ もやしとコーンの甘酢和え ズッキーニのツナ炒め みそ汁 果物	卵の袋煮 マカロニソテー ブロッコリーの胡麻酢和え みそ汁 果物	豚肉と厚揚げの甘味噌炒め チンゲン菜のナムル 人参しりしり すまし汁 果物		
おやつ	レーズンスティック 牛乳	フレンチトースト 牛乳	チーズスコーン 牛乳	茹でもろこし ショア		
エネルギー	以 389 kcal 未 473 kcal	以 369 kcal 未 411 kcal	以 423 kcal 未 497 kcal	以 314 kcal 未 409 kcal		
たんぱく質	22.6 g	20.1 g	19.5 g	21.8 g		
脂質	15.1 g	13.9 g	17.9 g	7.4 g		
食塩相当量	1.8 g	1.9 g	2 g	2.1 g		

給食室からお知らせ

- 7日は完全給食になります。全園児ご飯はいりません。
- 先日、以上児クラスのごはんの計量しました。平均は85gでした。このデータを栄養価の参考にしたいと思います。



りす組が育てた胡瓜が
立派に育ちました♪
その日のうちに、スティック
胡瓜にして食べました

