



R2. 8. 3. 鵜住居保育園発行 担当 佐々木

園庭にプールが設置されてから、子どもたちは水遊びにすごく期待感をもって過ごしています。天気の良い日は十分に水遊びを楽しみたいと思います。

そして、ついに岩手県でもコロナウイルス感染者が出てしまいました。登園前の検温・手洗い・うがいマスクの着用を徹底し、三密にならないように気を付けて過ごしましょう。

今月の予定

3日(月)…食育の日	子育て支援センター
4日(火)…流しそうめん(5歳児)	子ども課の指導により当分の間センターはお休みとなります。
13～16日(木～日)…お盆	
19日(水)…体育教室	
26日(水)…体育教室	
28日(金)…誕生会	
29日(土)…避難訓練	

♪8月生まれのおともだち♪

今月は、9名のお友だちが誕生日を迎えました♪

お誕生日おめでとう！！



～新しいお友だち紹介～

8月は2名のお友だちが入園しました。

みんなで仲良く遊ぼうね♪



～クラスコメント～

たんぽぽ組

7月はブランコ、すべり台、砂遊びなど靴を履いて大好きなお外遊びを楽しむことができました。

暑かったり涼しかったりで体調を崩しがちなお友だちも多かったですが今月は体調に気を付けながら夏ならではの遊びを楽しみたいと思います。

体調に変化が見られた場合には無理せず早めの対応をお願いします。

すみれ組

雨の日の室内活動では、シール貼りやクレヨンでなぐり書きをして、指先を使って楽しむことができました。

衣服や靴の着脱など、自分でやってみようという気持ちも出てきましたので、たくさんほめながら意欲につなげていきたいです。

暑い日は水遊びもたくさん楽しみたいと思います。

こすもす組

なつまつりではお店をまわって、おもちゃやお菓子、花火ももらって大喜びでしたね！

天気のいい日は外に出て遊んだり、雨が降った日にはお部屋やホールでダンスをしたり簡単なゲーム遊びをして過ごしています。

今月は水遊びもたくさん楽しめるよう、体調に気を付けながら無理なく過ごしていけたらと思っています。道具の準備などご協力お願いしますね。



すずらん組

なつまつりに向けて唐笠おばけの製作をこつこつと頑張ってきました。完成したお飾りを見て満足感いっぱいでした。当日は、保護者の参加はなかったものの楽しく踊ったりお店屋さんをまわったりと、笑顔いっぱいでもすごすごことができました。

今月から新しいお友達が仲間入ります！よろしくお願いします。プール遊びなど夏ならではの遊びを思い切り楽しみたいです。元気に過ごしていきたいと思います。

ひまわり組

みんなで育てているヒマワリはどんどん背が伸び、どっちが大きいかな？と背比べをしている子どもたち。畑の生き物にも興味を持ち、観察を楽しみました。また、なつまつりを経て、お店屋さんごっこをするために廃材を使った製作をしています。

今月は晴れた日には水遊びや戸外で体を動かしていきたいと思います。お子さんの体調管理など十分に気を付けていきましょう。

さくら組

先日のなつまつりでは、子供たちのあふれる笑顔で、お店屋さんのお手伝いなどを担当することを年長児らしく頑張っていました。

畑の野菜も大きく成長し、じゃがいも、きゅうり、トマト、ナス、ピーマン、かぼちゃなどたくさん収穫することができました。格別においしかったです！

今月も暑さに負けず、疲れをおこさないよう元気に思い出に残る`夏`にしていきたいですね♪





予定献立表



2020年度

442/430

472/460

鶴住居保育園

日曜	3歳以上児	以上児栄養量	3歳未満児	未満児栄養量	おやつ
1 土	鶏肉と玉ねぎのケチャップ煮 キャベツとベーコンのスープ マッシュポテト 果物	394 Kcal	左 同 ・ ごはん	478 Kcal	ビスケット 牛乳
3 月	魚の塩トマト焼き ブロッコリーのカレー和え 繊維切り野菜と春雨のソテー みずず豆腐の味噌汁 果物	446 Kcal	左 同 ・ ごはん	485 Kcal	チーズスコーン スキムミルク
4 火	鶏肉の味噌からめ焼き 南瓜の甘煮 もやしと胡瓜とハムの甘酢和え ニラとエノキのかき卵スープ 果物	389 Kcal	左 同 ・ ごはん	445 Kcal	じゃがちゃん 麦茶
5 水	法蓮草のキッシュ カレーラタトゥユ ひじきのポテトサラダ 豆腐と小松菜の中華風スープ 果物	379 Kcal	左同 梅干しと枝豆のご飯	453 Kcal	茹でもろこし ミルクココア
6 木	サンマの立田揚げ 夏野菜の五目煮 人参とレーズンのサラダ 白玉麩と若布の味噌汁 果物	455 Kcal	左 同 ・ ごはん	514 Kcal	マスカットゼリー チーズ ・ 牛乳
7 金	冷風麺 ツナス 小松菜とコーンのお浸し 果物	543 Kcal	左 同	420 Kcal	きつねおにぎり 牛乳
8 土	鶏ひき肉ともやしの卵とじ エノキの清まし汁 南瓜としめじのソテー 果物	373 Kcal	左 同 ・ ごはん	424 Kcal	揚げせんべい 牛乳
11 火	豚肉と厚揚げの甘味噌炒め ブロッコリーのマヨチーズ焼き 小松菜ののり和え きのこ汁 果物	456 Kcal	左 同 ・ ごはん	493 Kcal	南瓜のサクサク クッキー ・ 牛乳
12 水	ポテトビーンズ ピーマンとツナのソテー 胡瓜の酢の物 かき卵汁 果物	514 Kcal	左 同 ・ ごはん	532 Kcal	グラノーラヨーグルト ブルーベリー
13 木	お べ ん と う の 日 ※ おかず入りのお弁当をお願いします。			以 152 未 128	お菓子 ・ 牛乳
14 金	お べ ん と う の 日 ※ おかず入りのお弁当をお願いします。			以 202 未 184	お菓子 ・ ジョア
15 土	お べ ん と う の 日 ※ おかず入りのお弁当をお願いします。			以 105 未 133	お菓子 ・ ヨーグルト
17 月	鯖の味噌煮 マカロニサラダ じゃが芋とグリーンピースの甘煮 みずず豆腐と玉ねぎと若布の清まし汁 果物	397 Kcal	左 同 ・ ごはん	444 Kcal	アイスクリーム せんべい
18 火	ポークチャップ 南瓜のパン粉焼き ごぼうとコンニャクの甘辛炒め ニラ卵味噌汁 果物	405 Kcal	左 同 ・ グリン ピースとハムのピラフ	499 Kcal	茹で枝豆 チーズ ・ ジョア
19 水	スパニッシュオムレツ オクラの納豆和え カブの甘酢和え 白玉麩と若布の味噌汁 果物	379 Kcal	左 同 ・ ごはん	436 Kcal	ソフール せんべい
20 木	ミルクカレー スティック胡瓜 ブロッコリーのくるみソースあえ クリームコーンのスープ 果物	475 Kcal	左 同 ・ ごはん	500 Kcal	フルーチェ オールレーズン
21 金	味噌ちゃんぽん麺 小松菜と竹輪の胡麻和え 小豆とさつま芋のいとし煮 果物	628 Kcal	左 同	531 Kcal	焼きおにぎり ジョア
22 土	夏野菜丼 トマトのハニーサラダ トマトのハニーサラダ 中華風コーンスープ 果物	388 Kcal	左 同 ・ ごはん	418 Kcal	ビスケット 牛乳
24 月	さつま汁 れんこんのカレー炒め 春雨と胡瓜の酢の物 果物	495 Kcal	左 同 ・ ごはん	520 Kcal	焼きドーナツ 牛乳
25 火	中華風冷奴 法蓮草と人参のお浸し キャベツと豚肉のソテー 油揚げともやしの味噌汁 果物	383 Kcal	左 同 ツナとコーンのご飯	459 Kcal	マシュマロサンド 牛乳
26 水	鮭の南部焼き ポテトサラダ 鮭の南部焼き 茄子とピーマンのなべしぎ 豆腐の冷やし汁 果物	447 Kcal	左 同 ・ ごはん	483 Kcal	フローズンヨーグルト せんべい
27 木	豆腐のカレースープ キャベツと油揚げの炒め煮 たたき胡瓜 果物	396 Kcal	左 同 ・ ごはん	463 Kcal	豆乳サンド 牛乳
28 金	（お誕生会） レーズン入りカレーピラフ ・ 人参と水菜のサラダ ポイルウインナー ・ カラフルスープ ・ 果物 ※以上児の皆さんも ご飯はいりません。			以 523 未 433	チョコパフェ ウエハース
29 土	チョコブレッド ソーセージ 牛乳 果物	390 Kcal	左 同 ・ ごはん	460 Kcal	クッキー ジョア
31 月	鯖のカレー粉揚げ 厚揚げの生姜煮 ピーマンの塩昆布和え じゃが芋と若布の味噌汁 果物	474 Kcal	左 同 ・ ごはん	482 Kcal	かやきのお汁粉 牛乳

お知らせ

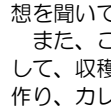
28日（金）はお誕生会です。また、
今月の麺の日は、7日（金）・21日
（金）です。

完全給食ですので、3歳以上児の皆さん
もご飯はいりません。はし・コップ・おし
ぼりを忘れずに持たせて下さい。



夏野菜が実っています！！

梅雨明けをしないままに8月に入っ
てしまいました。雨続きで、ほとんどお日
様を見ることのない毎日ですが、園の畑で栽培して
いたブルーベリー、きゅうり、かぼちゃ、じゃがい
も、ナス、ピーマン、トマト、枝豆などの夏野菜が
実っています。子どもたちは水やりなどのお世話を
しながら、茎や葉っぱが大きくなる様子を観察し、
実が色づくのを心待ちにしていました。収穫した野
菜は、さっそく給食でいただいています。



ご家庭でも、お子様に収穫の喜びや、味わった感
想を聞いてみて頂きたいと思います。
また、これからのクッキング活動と
して、収穫したブルーベリーのジャム
作り、カレー作りなどを予定しています。

お盆の精進料理

お盆には精進料理を食
べ、同じ物をお供えます。

精進料理は、殺生をしてはいけない
という仏教の教えから、肉や魚などを
使わず豆類や野菜を使い、五味（甘い、
辛い、すっぱい、苦い、塩辛い）、五
色（赤、白、緑、黄、黒）、五法（生、
煮る、焼く、揚げる、蒸らす）の考え
に基づいて作られます。



8月31日は「野菜の日」

体に必要な栄養をとるのに、
野菜はかせません。

1日にとるべき野菜の量は、
成人で350g、3～5歳では240
g、1～2歳では210gが目安とさ
れています。

生のままで野菜をたくさん食べるの
は大変ですが、ゆでたり炒めたり、汁
物にしたりすると、かさが減って食べ
やすくなります。季節に応じた旬の野
菜をたくさんいただきます。

食の言葉遊び

コケコッコ症候群

1人で食事をする「孤食」、食事を抜いてし
まう「欠食」、家族がそろって食事をしても、
1人ずつ違うものを食べる「個食」、いつも同
じものばかり食べている「固食」。これからの
頭文字「コ・ケ・コ・コ（孤欠個固）」をつな
ぎ合わせ、



「コケコッコ症候群」（またの名を「ニワ
トリ症候群」）といわれています。家族そ
れぞれがどんな食事をしているか、言葉と
ともに見直してみましょう。