

7月 えんだより

R2, 7月 くるみ園



だんだんと日差しも強くなり、暑さが増してくる季節になりました。外あそびでは子どもたちが汗をかきながら、元気に走り回っています。汗をかいたままあそびに夢中になると、思いがけず脱水症状を起こしてしまうこともあります。園でも、定期的な水分補給や着替えなどを心掛け、今年の夏も元気に乗り越えたいと思います。

今年度はコロナウイルスの関係で、子ども達の大好きなプール遊びも今年度は中止になりました。例年とは違う形で「ちびっこ夏祭り」を実施いたします。プール遊びに代わり、夏らしい遊び（水、泥、氷遊びなど）を行い、少しでも子ども達に夏の雰囲気を楽しんでもらえたらと思っています。

先日の大雨で各地被害が出ています。早くいつもの日常に戻ることをお祈りしています。大人にとって雨は危険ですが、子ども達にとっては雨上がりの園庭は最高の遊び場に。バスから降りてきて、水たまりに行ったり、ぬかるんだ園庭を楽しそうに歩きながらお部屋に行っています。

<今月の目標>

☆園では夏季日課に入ります。家庭でもあそびと休息のバランスに気をつけ、暑さに負けない元気な身体づくりを心がけましょう。

☆季節にちなんだあそびをたくさんしていきたいと思います。

☆夏のあそびや、行事、食材などに興味を持ちながら、子ども達の関心の世界を拡げていきたいと思います。

7月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 合同保育	3	4 休園日
5 休園日	6 外来CA	7 合同保育	8	9	10	11 休園日
12 休園日	13 外来AB	14 合同保育	15 ちびっこ 夏祭り	16 合同保育 合同遊戯	17 身体測定 避難訓練	18
19 休園日	20 外来BC	21 合同保育	22 誕生会	23 休園日	24 休園日	25 休園日
26 休園日	27 外来CA	28 合同保育	29	30 クラス懇談 会 合同保育	31 クラス懇談 会	

※7月1日時点での行事予定です。

8月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休園日	3 外来AB	4 合同保育	5	6 合同保育 合同遊戯	7	8
9 休園日	10 休園日	11	12	13 休園日	14 休園日	15 休園日
16 休園日	17 外来BC	18 合同保育	19	20 合同保育 避難訓練 身体測定	21	22 誕生会
23 休園日	24 外来CA	25 合同保育	26	27 合同保育	28	29
30 休園日	31 外来AB					

※7月1日時点での行事予定です。

ある日のできごと

お着替えの時、オムツ交換をするのに大人が「おしっこでた？」と尋ねるとひざを曲げておしりをぷりっとさせて「だっ！」と言って“出たよアピール”をしていました。

とっても可愛いポーズにほっこりしました。



鏡がだいすきな A ちゃん。毎日様々な所で踊って歌って……。
先日はくるみ園の玄関のガラスに写る自分にうっとりしながらダンス♥
将来はアイドルにでもなるのかな？

A ちゃんのお気に入りのダンスは「ピカピカブー」、お歌は「数字の歌」、「いとまき」がお気に入りです！



給食だより

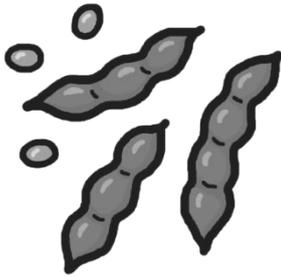


◎7月の献立

枝豆は今が旬の野菜です。7月の献立では、塩茹でしたり、材料と混ぜて揚げたり、炊き込みご飯にしている献立がたくさん入っています。17日の「枝豆のおとし揚げ」のレシピを紹介しますので、ご家庭でも取り入れてみて下さい。

枝豆ってどんな野菜かな??

●材料（以上児3人分）



- 「畑の肉」と呼ばれる大豆と同様に、たんぱく質が豊富です！
- 栄養価がとても高い野菜のため、夏バテ・疲労回復にも◎
- 枝豆に含まれるレシチンは、記憶力・集中力を上げます！

押し豆腐	120g	砂糖	3g
ツナ缶	24g	食塩	1.8g
たまねぎ	18g	しょうゆ	0.6g
ながいも	15g	小麦粉	15g
枝豆	18g	卵	12g
ごま	1.5g	揚げ油	適量

●材料（以上児3人分）

【作り方】

1. たまねぎをみじん切り、ながいもはすりおろす。
2. 枝豆は塩茹でをおこない、房から豆を取り出す。
3. 押し豆腐を手でつぶしてボウルに入れ、ツナ缶、たまねぎ、ながいも、枝豆、調味料も加えて混ぜる。
4. 揚げ油を用意し、スプーンに油をつけ3を油におとして揚げる。

保健だより+

7月号

新型コロナウイルス感染症の危機感が大分消えかけ、元の日常生活が戻りつつある
このごろですが、マスク着用の習慣が身につき、今後は熱中症にも注意しなくては
けません。今回は簡単な脱水症の発見方法について紹介します！

あれ?と思ったらやってみてください。いずれかに該当したら脱水症かもしれません。
この時に体調不良がみられたら、医療機関の受診をおすすめします。

① 握手してみてください

→冷たければ疑わしいなぜなら

脱水症になると血液は生きていく上で重要な臓器に集まります。そのため、手足などには血液が行かず冷たくなります。

② 舌を見せてもらってください

→乾いていたら疑わしいなぜなら

脱水症になると口の中のツバが減少するので舌の表面も乾いてきます。

③ 親指の爪の先を押してみてください

→赤みが戻るのが遅ければ疑わしい . . .なぜなら

指先は血管が細い(毛細血管)ので水分不足の変化が出やすい部分です。

(二秒以内に戻れば OK!)

④ 皮膚をつまんでみてください

→つままれた形から3秒以上戻らなかつたら疑わしい . .なぜなら

皮膚には水分がたくさん含まれていて弾力性がありますが、脱水症では水分が減り弾力性もなくなります。

(二秒以内に戻れば OK!)

❁お知らせ

決算報告書が完成致しました。ご確認をお願い致します。

令和2年6月30日をもちまして、バス運転手（北条バス）として勤務いただきました八木健二は、くるみ園を退職致します。長年のご勤務ありがとうございました。

令和2年7月1日より、バス運転手として乗松敏彦が着任致しました。よろしくお願い致します。