

7月 えんだより

令和3年7月 くるみ園発行



7月は、雨雲からお日様に季節の主役が交代していきます。気温・湿度ともにぐんぐん上がり、大人も子どもも、ちょっと油断すると夏バテをしてしまう時期です。室内と室外の温度差や、水分や塩分不足など要因はさまざまですが、家庭でも普段と異なる様子を充分気を配ってあげてください。

夏の遊びも本格的になってきました。水遊びや泥んこ遊びなど子供たちはのびのびと楽しむ姿が見られています。

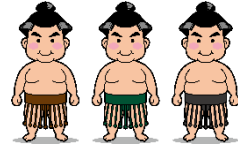
7月は、七夕にプール遊び、夏祭りなど楽しい夏ならではの行事が待っています。夏祭りは今年度も子どもたちだけの参加となりますが、少しでも夏の雰囲気を楽しんでもらえたらと思います。また、本年度は園内のプール活動を予定していますが、時間や人数を調整するなど、コロナ対策や安全面への配慮をしながらの活動となりますが、引き続き保護者の皆様にもご理解・ご協力をお願いいたします。

<7月の目標>

- 園では、夏季日課に入ります。遊びと休息のバランスに気を付け暑さに負けず元気に過ごしましょう。
- 夏の行事や食に親しみながら、子どもたちの興味関心の世界を広げていきたいと思います。

ある日のできごと

先日、こじか組おすもう大会をしました。大人が四股を踏むと、「よいしょ、よいしょ」と真似する姿が見られました。そして、「はっけよい、のこった！」の合図で取り組み開始！！大人を倒すと、飛び跳ねて喜びを表現していました。



りす組で野菜抜きの活動をしていた時のできごとです。本物の野菜を登場させたときの、子どもたちの顔はとてもキラキラしていました。普段、Sちゃんには野菜が食べられないのですが、SちゃんがR君に食べさせるフリをしていました。R君もバクッと食べる振りをしたりしていて、微笑ましい瞬間でした♡



先日記りん組でおもちゃのマイクを使ってカラオケ大会！

きりん組のお友達がすきな0655の「朝がきた」を順番に歌いました。みんな自分のところにマイクが来るのを楽しみに待っていました。マイクが来ると大きな声で歌う子、マイクを見つめる子など様々な反応が見られました。次はみんなで何の歌を歌おうかな？



7月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 休園日
4 休園日	5	6 合同保育	7 おもちゃ作り (りす組) 職員会	8 合同保育 おもちゃ作り (うさぎ組)	9 おもちゃ作り (こじか組)	10 おもちゃ作り (きりん組) 研究日
11 休園日	12 グループ参観日 (クジラ)	13 合同保育 グループ参観日 (アザラシ)	14 研究日	15 合同保育 グループ参観日 (ペンギン) 避難訓練	16 グループ参観日 (イルカ・アシカ) 身体測定	17 研究日
18 休園日	19 プール開き	20 合同保育	21 研究日	22 休園日	23 休園日	24 誕生会 大掃除 安全総点検 研究日
25 休園日	26 クラス懇談会 (りす組)	27 合同保育 クラス懇談会 (うさぎ組)	28 ちびっこ 夏祭り	29 合同保育 クラス懇談会 (こじか組)	30 クラス懇談会 (きりん組)	31 休園日

※7月1日時点の行事予定です。

コロナウイルスの状況によっては行事の変更があります。

8月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1 休園日	2	3 合同保 育	4 職員会	5 合同保 育	6	7 研究日
8 休園日	9 休園日	10 合同保 育	11 研究日	12 休園日	13 休園日	14 休園日
15 休園日	16	17 合同保 育 おもちゃ作 り (クジラグ ループ)	18 研究日 おもちゃ作 り (アザラシ グループ)	19 合同保 育 おもちゃ作 り (イルカグ ループ)	20 身体測 定 おもちゃ作 り (アシカグ ループ)	21 誕生会 大掃除 安全総点 検 研究日
22 休園日	23 おもちゃ作 り (ペンギン グループ)	24 合同保 育	25 研究日	26 合同保育	27	28 研究日
29	30	31 研究日				

※7月1日時点の行事予定です。

コロナウイルスの状況によっては行事の変更があります。

給食だより



◎夏バテ予防の食事について

これからますます暑い日が続き、体調を崩して夏バテを起こしやすくなります。食事を通じて夏バテを予防しましょう。

★夏バテを予防する栄養素★

・タンパク質

卵、肉、魚

大豆、牛乳

・ビタミンB1

豚肉、豆腐、レバー



・ビタミンC

野菜、果物

・カルシウム

海藻、乳製品等



★食欲を取り戻す味付け★

カレー粉：様々なスパイスで食欲を上げる

酢・レモン：後味がさっぱりして食べやすくなる



◎7月の新メニュー紹介

【ひじきのかき揚げ】

●材料（以上児3人分）

干しひじき	7.5g	粉チーズ	6g
かぼちゃ	60g	卵	12g
ピーマン	9g	食塩	0.6g
小麦粉	27g	水	30g

【作り方】

- ① ひじきは戻して水気を切り、野菜はすべて長さ2～3cmの千切りにする。
- ② ①を混ぜ合わせて少量の小麦粉をまぶしておく。
- ③ 残りの小麦粉に、粉チーズ、卵、塩、水を加えて混ぜ合わせ、衣を作り、②を入れて混ぜる。
- ④ 170℃に熱した油に③をスプーンで落とし、火が通ってからりとするまで揚げる。

※②で少量の打ち粉をすると、揚げる際にバラバラにならず、きれいにまとまります。