

# 8月 えんだより

R3. 8月 くるみ園



日中は厳しい暑さを感じる日も多いですが、子どもたちは毎日元気いっぱいに遊んでいます。昨年度はできなかったプール活動ですが、今年は実施することにはなったものの、熱や咳などの風邪症状のお子さんが増えてきたことで、なかなか実施することが難しい状況が続いています。来年度は、思い切りプール活動が楽しめるといいですね。プール活動の日以外でも、寒天や氷、泡、泥水などの感触遊びをしたり夏ならではの遊びを楽しんでいます。

先月の夏祭りでは、ホールには屋台、プレイルームには海の世界を作りました。ホールでは射的が大人気！的に当てるのは難しいですが、飛んでいく様子をびっくりしたように見たり、的に当たって大喜びしたりと、いろいろな表情を見せてくれました。プレイルームでは、まずは竜宮城がみんなをお出迎え。中ではジンバイザメと遊んだり、金魚すくいをしたり、または亀にまたがって走ったりと様々な遊び方で楽しんでいます。また来年も素敵な夏祭りができるといいですね！

今月も暑さに負けず、元気いっぱい楽しんでいきたいと思います。

## 〈今月の目標〉

- ☆暑さは続きますが、夏ならではの遊びを元気いっぱい遊びたいと思います。
- ☆疲れがでやすい季節でもあるので、水分補給や休憩も取りながら真夏の太陽にも負けない元気な身体を作りたいと思います。
- ☆8月23日からグループ活動が再開します。久しぶりに集まるグループのお友だちや先生と楽しく活動していきたいと思います。

## ♪ ある日のできごと ♪

5月にきりん組で植えたヒマワリが先日無事に咲きました。子ども達と毎日水やりをし、成長を楽しみにしていた子ども達。咲いたヒマワリを見て嬉しそうにしていました。10本植えましたが、今は3つ咲いています。これから残りのヒマワリも無事に咲くかな？そして種は取れるかな？

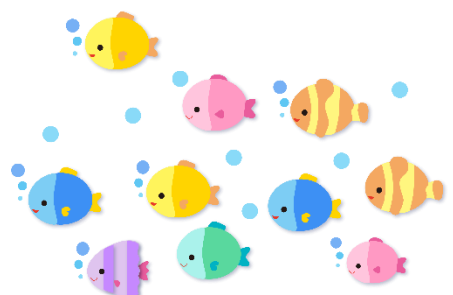


うさぎ組で寒天遊びをしているときに寒天遊びから子ども達がアイス屋さんごっこをしていました。YちゃんがRちゃんの口元に寒天を持っていき「どうぞ」と。2人のやりとりにほっこりしました。寒天遊びはみんなでも楽しむことができました。



先日行った夏祭りで、プレイルームの設定をいつもと違う雰囲気になると、ある子が

「先生、海の世界みたい」と気づいて教えてくれています。魚の名称もよく知っており、指差しをしながら「これはカジキだよね」と言いながら海の世界を楽しんでいました。



## 8月行事予定

| 日         | 月                          | 火                                 | 水                                 | 木                                 | 金                                 | 土                                |
|-----------|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1<br>休園日  | 2                          | 3<br>合同保育                         | 4<br>職員会                          | 5<br>合同保育                         | 6                                 | 7<br>研究日                         |
| 8<br>休園日  | 9<br>休園日                   | 10<br>合同保育                        | 11<br>研究日                         | 12<br>休園日                         | 13<br>休園日                         | 14<br>休園日                        |
| 15<br>休園日 | 16                         | 17<br>合同保育<br>おもちゃ作り<br>(クジラグループ) | 18<br>研究日<br>おもちゃ作り<br>(アザラシグループ) | 19<br>合同保育<br>おもちゃ作り<br>(イルカグループ) | 20<br>身体測定<br>おもちゃ作り<br>(アシカグループ) | 21<br>誕生会<br>大掃除<br>安全総点検<br>研究日 |
| 22<br>休園日 | 23<br>おもちゃ作り<br>(ペンギングループ) | 24<br>合同保育<br>避難訓練                | 25<br>研究日                         | 26<br>合同保育                        | 27                                | 28<br>研究日<br>企画委員会               |
| 29<br>休園日 | 30                         | 31<br>合同保育                        |                                   |                                   |                                   |                                  |

※8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。

※お知らせ※

- ・令和2年度の苦情及び要望状況をご報告いたします。
- ・令和2年度6月30日の近隣住民より、くるみ園厨房からの換気扇の音、においに対する苦情が寄せられました。環境に関する改善策を講じ、近隣の方々にご理解をいただきました。

## 9月行事予定

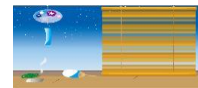
| 日         | 月                        | 火          | 水                                | 木                                     | 金                                     | 土         |
|-----------|--------------------------|------------|----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-----------|
| 0         |                          |            | 1<br>定例職員会                       | 2<br>合同保育                             | 3                                     | 4<br>休園日  |
| 5<br>休園日  | 6                        | 7          | 8<br>研究日                         | 9<br>合同保育<br>身体測定                     | 10                                    | 11<br>休園日 |
| 12<br>休園日 | 13<br><br>おもちゃ作り<br>(りす) | 14<br>合同保育 | 15<br>研究日<br><br>おもちゃ作り<br>(うさぎ) | 16<br>合同保育<br>避難訓練<br>おもちゃ作り<br>(こじか) | 17<br>身体測定<br><br>おもちゃ<br>作り<br>(きりん) | 18<br>研究日 |
| 19<br>休園日 | 20<br>休園日                | 21<br>合同保育 | 22<br>研究日<br>安全総点検<br>誕生会<br>大掃除 | 23<br>休園日                             | 24<br>企画委員会                           | 25<br>研究日 |
| 26<br>休園日 | 27                       | 28<br>合同保育 | 29<br>研究日                        | 30<br>合同保育                            |                                       |           |

※8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。



## 夏バテ防止のポイント ♥



### 1・水分補給



子どもは遊びに夢中になると水分補給することを忘れがちです。大量の汗をかいた後はこまめに水分や塩分、経口補水液などの補給をしましょう。

### 2・紫外線対策



紫外線は早朝や夕方は弱く10時～14時の間が強くなります。外出や外遊びの際は時間帯を考えて活動しましょう。皮膚の露出が少なく通気性・吸湿性の良い服や帽子の着用をオススメします。

### 3・室温対策



高温多湿などの条件がそろえば室内でも熱中症は起こります。エアコンや扇風機を上手に使いましょう。  
室温・・・26℃前後 湿度・・・60%前後にしましょう！

### 4・皮膚のケア



汗をかいたときは、こまめにタオルで拭きとったり、シャワーを浴びて皮膚の清潔を保ちましょう。

### 5・食事対策



食事はバランス良くとりましょう。夏野菜（きゅうり・なす・とまと等）は体を冷やす効果がありビタミンB1  
（豚肉・豆腐・枝豆・ゴマ）は疲労回復の効果があり

※この時期、食中毒も発生しやすくなっています。

買い物から帰宅された時にはなるべく早く冷蔵（冷凍）庫へ入れるか、早めに食べきましょう。



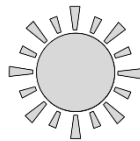
※調理の際にも、手指、手首を念入りに洗いまな板等（肉・魚・野菜）区別して包丁も分けるか、その都度洗浄しましょう。

## 給食だより



### ◎清涼飲料水について

暑い日が続いて冷たい飲み物をたくさん飲む時期ですが、水分補給に甘い飲み物を飲んでいませんか？甘い飲み物は糖分がたくさん含まれているため、食欲を失わせ、食事の量に影響してきます。いろいろなおかずを食べようとしなない、好きなおかずだけを食べてしまうといった状態になると栄養に偏りが生じます。甘くないものや、おやつに合わせてお茶・果汁・牛乳を選ぶ等、飲み物を上手に飲みましょう。また、どうしても甘い飲み物が飲みたいときは、コップにとりわける等、量を調節するようにしましょう。



### ◎メニュー紹介

今月の献立にはありませんが、保育幼稚園課栄養士さんからの新メニュー紹介がありましたので、紹介させていただきます。来月以降にはなりますが、園でも作って提供しようと思います。夏にさっぱりいかがでしょうか？



### 【しらすのふんわり卵とじ丼】

#### ●材料（以上児 3 人分）

|       |       |      |       |
|-------|-------|------|-------|
| 米     | 150 g | しょうゆ | 7.2 g |
| しらす干し | 23 g  | 酒    | 2.8 g |
| たまねぎ  | 29 g  | 本みりん | 2.8 g |
| にんじん  | 23 g  | 削り節  | 2.8 g |
| 卵     | 86 g  | 水    | 145 g |
| 油     | 2.8 g | ねぎ   | 8.6 g |

#### 【作り方】

- ① 削り節でだしをとる。
- ② しらす干しは、さっと熱湯にくぐらせて塩抜きする。卵は溶き卵にしておく。
- ③ たまねぎは薄切り、にんじんは食べやすい大きさに切る。ねぎは小口切りにする。
- ④ 鍋に油を熱し、たまねぎとにんじんを炒め、しんなりしてきたら A を入れ、再沸騰したらしらす干しを入れて卵でとじ、卵に火が通ったらねぎを散らし、火を止め、ご飯を盛ったお皿にのせる。