



令和5年8月

連日気温の高い日が続いています。たくさんの水しぶきを上げて、楽しそうにプールであそぶ子どもたちの笑顔に、夏本番を感じます。

水分補給や適度な休憩など熱中症対策をおこないながら、子どもたちが元気に過ごせるような環境を整えていきたいとおもいます。



### 今月の目標



### 早寝、早起きを

### しよう



- 1日(火) 絵画教室 (5歳児)
- 3日(木) 避難訓練
- 10日(木) 音楽教室
- 12日(土) 14日(月) 15日(火) 希望登園
- 17日(木) 体育教室
- 22日(火) 体育教室 (未満児)
- 25日(金) 誕生会
- 31日(木) プール閉め



### おねがい

- ◎持ち物には、見えやすい所に大きく名前を書いて下さい。消えたり、薄くなっている物もあります。もう一度確認をお願いします。
- ◎着替え用の下着、洋服を持たせて下さい。(汗をかいた時等に着替えます。)
- ◎水筒のお茶は、沢山入れて下さい。また、補充用のお茶も持たせて下さい。
- ◎水筒の中や蓋もこまめに洗淨、漂白をお願いします。(カビがはえる場合があります。)

### 水の事故に注意！！

水深が浅くても溺れることがあります、そうすると声を出すことも難しくなります。ご家庭での水遊びの際も、お子さんから決して目を離すことなく、安全に楽しみましょう。





# 2023年8月分 給食献立

上庄ひいらぎこども園

日	曜	未満児のみ	主食		全児・午後
1	火	ドーナツ	ゆかりご飯	鶏肉の中華風サラダ・チーズ・にゅうめん	牛乳・フローゼンアイス
2	水	ビスケット	ご飯	魚のフライタルタルソース・トマト・コンソメスープ	牛乳・きな粉バナナ
3	木	せんべい	ロールパン	ビーフンチュー・春雨の酢の物・果物	牛乳・ピーナッツサンド
4	金	バナナ	ご飯	魚の煮付け・南瓜と豚肉の煮物・味噌汁	牛乳・ベーコンチーズパン
5	土	チーズ	親子うどん	納豆サラダ・果物・牛乳	コーン菓子
7	月	クラッカー	わかめご飯	フィッシュボール・切り干し大根の変わり和え・すまし汁	牛乳・冷やし芋
8	火	クッキー	ご飯	じゃが芋のミートソース・キャベツの昆布和え・オニオンスープ	牛乳・フルーツヨーグルト
9	水	ドーナツ	麦ご飯	魚のカレーパン粉焼き・れんこんのきんぴら・わかめスープ	牛乳・ホットサンド
10	木	ビスケット	ツナひじきご飯	ふくさ焼き・果物・田舎汁	牛乳・フレークスナック
12	土	クラッカー	ロールパン	ナポリタン・フルーツポンチ・牛乳	せんべい
14	月	クッキー	牛丼	野菜ソテー・果物	牛乳・ビスケット
15	火	せんべい	おにぎり	焼きそば・南瓜サラダ	サブレ
16	水	チーズ	ふりかけご飯	ポークビーンズ・パリパリサラダ・果物	牛乳・ふわふわ蒸しパン
17	木	バナナ	雑穀米	照り焼きバーグ・なすの揚げびたし・すまし汁	牛乳・フルーツゼリー
18	金	ビスケット	ご飯	チャプチェ・胡瓜としらすの酢の物・果物	牛乳・オールドファッション風
19	土	ドーナツ	きつねうどん	サバ缶と人参の和え物・果物・牛乳	クラッカー
21	月	クラッカー	ご飯	夏野菜カレー・わかめとオクラの中華和え・果物	牛乳・いりこ・せんべい
22	火	クッキー	ご飯	鯖の竜田揚げ・ごまドレサラダ・かき玉汁	牛乳・フルーツ盛り合わせ
23	水	チーズ	ロールパン	巣ごもり卵・果物・クリームコーンスープ	牛乳・金時豆煮
24	木	バナナ	わかめご飯	魚のマヨネーズ焼き・トマト・夏の味噌スープ	牛乳・フライドポテト
25	金	せんべい	ひまわりライス	煮込みハンバーグ・スパサラ・果物・すまし汁	牛乳・金魚ゼリー
26	土	ビスケット	味噌ラーメン	ピーナッツ和え・果物・牛乳	コーン菓子
28	月	ドーナツ	雑穀米	魚の胡麻焼き・野菜のツナ煮・もずくスープ	牛乳・黒糖ラスク
29	火	クッキー	牛じゃこご飯	スパニッシュオムレツ・枝豆・味噌汁	牛乳・きな粉うどん
30	水	チーズ	ご飯	鮭のチーズ焼き・じゃこサラダ・ポトフ	牛乳・バナナケーキ
31	木	クラッカー	ご飯	カレー肉じゃが・フレーク和え・果物	牛乳・牛乳プリン

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。

## すごいぞ! 夏野菜

夏野菜には、暑い夏を元気に過ごすためのパワーがつまっています。それぞれの効能を意識して、いっぱい食べてくださいね。

**キュウリ・レタス など**  
体の余分な熱をとる。

**パプリカ・ナス など**  
汗で失われるミネラルやビタミンが豊富。

**トマト**  
日焼けした肌を回復させる。

## 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



# 2023年8月分 1号認定給食献立

上庄ひいらぎこども園

日	曜	未満児のみ	主食		全児・午後
1	火	ドーナツ	ゆかりご飯	鶏肉の中華風サラダ・チーズ・にゅうめん	牛乳・フローズンアイス
2	水	ビスケット	ご飯	魚のフライタルタルソース・トマト・コンソメスープ	牛乳・きな粉バナナ
3	木	せんべい	ロールパン	ビーフシチュー・春雨の酢の物・果物	牛乳・ピーナッツサンド
4	金	バナナ	ご飯	魚の煮付け・南瓜と豚肉の煮物・味噌汁	牛乳・ベーコンチーズパン
5	土	チーズ	親子うどん	納豆サラダ・果物・牛乳	コーン菓子
7	月	クラッカー	わかめご飯	フィッシュボール・切り干し大根の変わり和え・すまし汁	牛乳・冷やし芋
8	火	クッキー	ご飯	じゃが芋のミートソース・キャベツの昆布和え・オニオンスープ	牛乳・フルーツヨーグルト
9	水	ドーナツ	麦ご飯	魚のカレーパン粉焼き・れんこんのきんぴら・わかめスープ	牛乳・ホットサンド
10	木	ビスケット	ツナひじきご飯	ふくさ焼き・果物・田舎汁	牛乳・フレークスナック
12	土	クラッカー	ロールパン	ナポリタン・フルーツポンチ・牛乳	せんべい
14	月	クッキー	牛丼	野菜ソテー・果物	牛乳・ビスケット
15	火	せんべい	おにぎり	焼きそば・南瓜サラダ	サブレ
16	水	チーズ	ふりかけご飯	ポークビーンズ・パリパリサラダ・果物	牛乳・ふわふわ蒸しパン
17	木	バナナ	雑穀米	照り焼きバーグ・なすの揚げびたし・すまし汁	牛乳・フルーツゼリー
18	金	ビスケット	ご飯	チャプチェ・胡瓜としらすの酢の物・果物	牛乳・オールドファッション風
19	土	ドーナツ	きつねうどん	サバ缶と人参の和え物・果物・牛乳	クラッカー
21	月	クラッカー	ご飯	夏野菜カレー・わかめとオクラの中華和え・果物	牛乳・いりこ・せんべい
22	火	クッキー	ご飯	鯖の竜田揚げ・ごまドレサラダ・かき玉汁	牛乳・フルーツ盛り合わせ
23	水	チーズ	ロールパン	巣ごもり卵・果物・クリームコーンスープ	牛乳・金時豆煮
24	木	バナナ	わかめご飯	魚のマヨネーズ焼き・トマト・夏の味噌スープ	牛乳・フライドポテト
25	金	せんべい	ひまわりライス	煮込みハンバーグ・スパサラ・果物・すまし汁	牛乳・金魚ゼリー
26	土	ビスケット	味噌ラーメン	ピーナッツ和え・果物・牛乳	コーン菓子
28	月	ドーナツ	雑穀米	魚の胡麻焼き・野菜のツナ煮・もずくスープ	牛乳・黒糖ラスク
29	火	クッキー	牛じゃこご飯	スパニッシュオムレツ・枝豆・味噌汁	牛乳・きな粉うどん
30	水	チーズ	ご飯	鮭のチーズ焼き・じゃこサラダ・ポトフ	牛乳・バナナケーキ
31	木	クラッカー	ご飯	カレー肉じゃが・フレーク和え・果物	牛乳・牛乳プリン

\* 材料の都合により献立を変更する場合があります。





# 8月の活動予定



日	曜日	行事	ぞうぐみ	きりんぐみ	うさぎぐみ	りすぐみ	ひよこぐみ	たまごぐみ
1	火	絵画教室(ぞう組)	絵画教室・プールあそび	室内あそび(ゲーム)・プールあそび	ゲームあそび・プールあそび	ままごとあそび・プールあそび	ボールあそび・プールあそび	風船あそび・水あそび
2	水		8月の製作①	運動あそび(鉄棒・マット)	散歩	ブロックあそび	ブロックあそび	ふれあいあそび・しゃぼん玉
3	木	避難訓練	避難訓練・月刊誌	避難訓練	避難訓練・色水あそび・シャワー	避難訓練	避難訓練	避難訓練・玩具あそび
4	金		運動あそび(平均台)	どろんこ遊び	経験画・プールあそび	お絵描き	運動あそび(マット)	えのぐあそび
5	土		自由あそび	自由あそび	自由あそび	室内あそび	室内あそび	玩具あそび
6	日							
7	月		鍵盤ハーモニカの練習・プールあそび	しゃぼん玉あそび・プールあそび	8月の製作①・プールあそび	月刊誌・プールあそび	身体測定・プールあそび	小麦粉粘土あそび・水あそび
8	火		虫とり	8月の製作①	月刊誌	8月の製作①	運動あそび(JPクッション)	身体測定
9	水		8月の製作②	月刊誌	8月の製作②	運動あそび	シールあそび	ふれあいあそび
10	木	音楽教室	音楽教室	音楽教室	音楽教室	8月の製作②	ままごとあそび	泡あそび・沐浴
11	金	山の日						
12	土		合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育
13	日							
14	月		合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育
15	火		合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育	合同保育
16	水		鍵盤ハーモニカの練習・プールあそび	室内あそび(ゲーム)・プールあそび	8月の製作③・プールあそび	ままごとあそび・プールあそび	ブロックあそび・プールあそび	ふれあいあそび・水あそび
17	木	体育教室	体育教室	体育教室	体育教室	粘土あそび	お絵描き	マットあそび
18	金		8月の製作③	8月の製作②	色水あそび・シャワー	8月の製作③	運動あそび(マット)	ボールあそび
19	土		自由あそび	自由あそび	自由あそび	室内あそび	室内あそび	玩具あそび
20	日							
21	月		どろんこ遊び	経験画・プールあそび	体育あそび・プールあそび	ぬり絵・プールあそび	ままごとあそび・プールあそび	しゃぼん玉・室内遊具あそび・水あそび
22	火	体育教室(未満児)	室内ゲーム・プールあそび	英語教室	戸外あそび	体育教室	体育教室	体育教室・ボールあそび
23	水		英語教室	8月の製作③	英語教室	シールあそび	シールあそび・プールあそび	ふれあいあそび
24	木		ワーク	絵の具あそび	どろんこ遊び	大型ブロックあそび	ボールあそび	シールあそび
25	金	誕生会	誕生会	誕生会	誕生会	誕生会	誕生会・ブロックあそび	誕生会・玩具あそび(ブロック)
26	土		自由あそび	自由あそび	自由あそび	室内あそび	室内あそび	玩具あそび
27	日							
28	月		ワーク・プールあそび	室内あそび(新聞紙)・プールあそび	魚つり作り・プールあそび	ゲームあそび・プールあそび	リズムあそび・プールあそび	小麦粉粘土あそび・水あそび
29	火		経験画(プールあそび)	英語教室	魚つり	積み木あそび	ままごとあそび	マットあそび
30	水		英語教室	ワーク	英語教室	運動あそび	運動あそび(JPクッション)	ふれあいあそび
31	木	プール閉め	プール閉め・運動あそび(鉄棒)	プール閉め	プール閉め	プール閉め	プール閉め	プール閉め

## クラスだより



太陽は『キラキラ』、子ども達の顔は汗で『キラキラ』と眩しく見えます。いよいよ夏本番となりました。子ども達は元気に楽しく遊んでいます。水分補給や適度な休憩など熱中症対策を行いながら、子ども達が元気に過ごせるような環境を整えていきたいと思っています。



### ぞうぐみ

先日4日に行われた祇園元気会では、上庄地区のおじいちゃんおばあちゃんに歌やお遊戯を見てもらったり、肩たたきをして和やかな時間を過ごす事ができました。

7月から始まった大好きなプール！去年は顔に水がかかると泣いていたたり、苦手で顔をそむけていた子ども、今年は笑顔でダイナミックに水しぶきをあげている姿が見られています。今月は絵画教室や虫とり等、楽しい事が目白押しです。プールの準備以外にもタオルや着替え、補充用のお茶の持参もよろしくお願いします。(長崎)

### きりんぐみ

待ちに待った梅雨明けに嬉しそうなおともたち。雨が降ってなかなかプール遊びができず、「今日も雨〜？」と外を見ては残念がる様子でした。プール遊びができた日は約束事を守りながら存分に楽しみ、夏を満喫しています。初めの方はなかなか水に顔を付けられなかった子どもも「水に顔つけられるようになったよ」「もぐれるよ〜」と嬉しそうに話す姿に成長を感じています。

8月もプール遊びがありますので引き続き事故に気をつけながらたくさん遊んで、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思っています。また、スポーツフェスタに向けての練習も頑張っています。きりん組らしく笑顔で元気いっぱい頑張りますので、応援よろしくお願いします。(内尾)

### うさぎぐみ

7月に始まったプール遊びでは、初めての大きいプールに大興奮のうさぎ組です。雨の日も「プールに入りたい！」と毎日楽しみにしているようです。8月はたくさん入れますように☆土曜日はいよいよスポーツフェスタ。かけっこは足も速くなっておりびつくりしました。広い体育館をがんばって走ります。本番ではお家の方とゲームをしたり、踊ったり、楽しく参加できればと思います。元気スイッチオン！でがんばりますので、たくさんのお声援をお願いします。(松村)

### りすぐみ

プールあそびが始まり、子ども達は顔や体に水しぶきを浴びながら水の感触を楽しんだり、友達とおもちゃで遊んだりして元気いっぱいの声が響き渡っています。プールの準備では着替えや脱いだ服の片付け等少しずつ自分達で出来るようになってきました。8月もプールあそびを思いきり楽しみたいと思います！

また、スポーツフェスタの練習も頑張っています。本番はどんな姿を見せてくれるか楽しみです。

まだまだ暑い日が続きます。水分補給や体調管理に気をつけながら元気に過ごせるようにしていきたいと思っています。(藤丸)

### ひよこぐみ

暑い日が続いていますが、暑さに負けず笑顔いっぱいひよこ組です。

プールあそびが始まりましたが、7月は雨の日が多くなかなかプールに入ることができませんでした。プールに入れる日は皆大はしゃぎでとても嬉しそうです。水に入ると泣いてしまっていた子どもも少しずつ慣れて水あそびを楽しんでいます。8月も沢山プールあそびを楽しんでいきます。

夏は虫や自然など面白いものが沢山あります。観察したり、触れてみたりと様々な体験をしていきたいと思っています。

熱中症にならないよう水分補給や体調のチェックを徹底し、体調管理に十分気をつけていきたいと思っています。(高口)

### たまごぐみ

暑さがきびしい中、子どもたちは汗をかきながらも元気いっぱいあそんでいます。

水あそびはタライに湯水を張り、一人ずつ順番に行っています。中に入るとじーっと見つめていたり、手を入れてピチャピチャ始めたりと水の感触を喜んでいる子や「シャワーだよ」とミニジョウロで水を出すと手で触ったり、出している水の様子に興味津々。少しずつ水あそびにも慣れてきました。安全に配慮し水あそびや沐浴を楽しみたいと思います。

先日、初めてえのぐあそびをしました。ジップブロックにえのぐを入れ、テーブルに置くと「何だろう？」と近づくものの、はじめはしななかった子どもたちでしたが、保育者が遊んでいる様子を見て、自分から指でつつんだり、ぎゅーつとぎゅーつとムニムニしてその感触を経験しました。

今月も色々な感触あそびを楽しみたいと思います。(太田)