

8月の園だより

なつやすみ
号!!

今学期、保護者の皆様の温かなご支援やご理解のおかげをもちまして、充実した教育活動を展開することができましたことに深く感謝申し上げます。また、PTA活動におきましても、活発に行ってくださいましたこと、心よりありがたく存じます。

太陽に育てられた初々しい緑に包まれながら、お子様は屋内外での活動を存分に満喫した1学期でした。子どもは、自分自身の中に「育つ力」をもって生まれてきます。社会生活において、葛藤やつまずきを乗り越える経験が様々なことを育んでくれます。教育・保育要領では「人に対する信頼感や思いやりの気持ちは、葛藤やつまずきをも体験し、それらを乗り越えることにより次第に芽生えてくる」と記載されておりこれが道徳性の芽生えということになります。芽生えとは、今はまだ芽は出ていないしっかりとした形にはなっていないけれども、将来確実に芽を出すための礎が築かれ、伸びゆく芽につながっているという意味かと思えます。目にはまだ見えていない、その芽生えを乳幼児期にしっかりと培ってあげることが私どもの使命と思っております。友だちとの関わりを通し、それらが育まれることは言うまでもありませんが、絵本からも様々なことを実体験でもしたかのように学ぶことができます。「特別なできごとに遭遇した経験を体験できる絵本」「誰もが直面しがちな問題を乗り越えるために役立つ絵本」「みんな一緒に楽しいと思える経験ができる絵本」など絵本は、たくましく楽しく生きていくための全てのことを教えてくれます。このようにお子様の幸せな未来を強く願う中で、もう一つ常に心にあるのが「SDGs17の目標」です。えほんのおうちには、原琴乃氏作の「わたしがわかる みらいがわかる」という絵本があります。「わたしたちのちきゅうで なにが おきているの」という私たちへの問いかけから始まります。「まずしくて おなががすいているひとがいるのに、たべものが どんどんすてられている」「うみは よごれて ごみはおさかなよりもおおくなりそうだ」「このままだと ずっと うけついできたちきゅうを、みらいに つないで いけないかもしれない」とも書かれています。「いまも みらいも ずっとしあわせにくらせるように」「ちいさな こうどうが おおきな ちからに なっていくんだ」「さあ わたしたちもちいさないっぱを ふみだそう」「そして みらいを かえよう」で締めくくられています。一人ひとりの小さな一歩が、2030年の社会において功を奏することを願うばかりです。

さて、日本では昔から『夏は全てのものが成長する季節』と言われていています。大切なこの夏を有意義に過ごすために、ご家庭での生活のしかたについて、次の5つのことをご確認いただけたらと存じます。

1. 生活のリズムと食事について

起床時刻と就寝時刻を一定にし、朝、昼、晩の三度の食事を決まった時間に取れるよう、また盛夏に日差しを浴びて旬を迎えた夏野菜もたくさん味わえるようご配慮をお願いいたします。また、年齢に応じた10時間から12時間以上の睡眠が、心も身体も丈夫にしてくれます。日々、何かとお忙しいことと思えますが、規則正しい生活が健全育成の第一歩です。本当に大切なものは日々の生活の積み重ねの中にあります。

2. お手伝いについて

年齢に応じたお手伝いを継続して行うことができますよう、その内容についてお子様と話し合い、そして、お手伝いに励んでいるお子様の頑張りと温かい心を認めてあげましょう。認められる言葉を掛けてもらったことで、自尊感情と自己有用感が高められます。

3. 外遊びについて

外遊びの経験が、子どもたちが大人になった時、生きる力のベースとなってくれます。突発的な事態に即応できる危険回避能力を培ってくれます。涼しい時間を利用して外遊びをたくさんさせてあげましょう。

4. 「人の嫌がることはしない」について

人の嫌がることは、絶対にしてはいけないということについて、日々の生活を通し、理解できる言葉でお伝えいただければと存じます。

5. 成長した自分に気付かせてあげることについて

お子様の優しい気持ちにふれた時、自分の気持ちを調整できた時、また、行動面においてできなかったことができるようになった時は、具体的な言葉でたっぷりほめてあげましょう。ほめる時は、「何がよかったのか、何が育っているのか」を年齢に応じた理解できる言葉で具体的に伝えてあげましょう。

短冊に込められた子どもたちの夢や希望・・・夢や希望は、家族のような自分を絶対的に肯定してくれる優しさに包まれた環境の中で生まれ育まれます。人は、温かい言葉に対して心を開き、冷たい言葉に対しては心を閉じてしまいます。お子様が、心も身体も元気に育ちますよう、人生の全てを支える根っこであるこの乳幼児期を保護者の皆様と共に大切に育ててまいりたいと存じます。

明日から夏休みに入るお子様もいらっしゃると思いますが、夏休み中、けがや事故のないようくれぐれもご留意なさってください。2学期には全園児の日焼けしたかわいいお顔を拝見できますことを、教職員一同心より楽しみにしております。

皆様におかれましては、ご健勝にてお過ごしくださいますようお願い申し上げます。

7月吉日

園長 油川育子

8月の行事予定

日	曜日	予 定	日	曜日	予 定	日	曜日	予 定
1	金	夏休みわんぱくクラブ7:30~19:00	12	火		23	土	夏休みわんぱくクラブ7:30~19:00
2	土		13	水	わんぱくクラブお休み	24	日	
3	日		14	木	わんぱくクラブお休み	25	月	
4	月		15	金	わんぱくクラブお休み	26	火	2学期始業式・(P)絵本&クラフト教室 教育コース 11:30 降園(わんぱくクラブあり)
5	火	年少組個人面談	16	土	わんぱくクラブお休み	27	水	英語あそび
6	水	〃	17	日	夏休みわんぱくクラブ7:30~19:00	28	木	避難訓練・メリーランド
7	木	カシオペア(ゆめ・そら)個人面談	18	月		29	金	お誕生会
8	金	8月保育料引き落とし日・〃	19	火		30	土	わんぱくクラブ
9	土		20	水		31	日	
10	日		21	木		★9月の主な予定★ 園だより2枚目に、「9月の行事予定」の欄がありますのでご確認ください。		
11	月	山の日	22	金				



8がつのこんだて

認定こども園八戸文化幼稚園

令和7年7月25日

日にち	よう	こんだてめい	ざいりょうめい	エネルギー(kcal)
1	きん	ごはん ・とりにくのてりやき ・もやしときゅうりのツナあえ みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、とりにくのてりやき、もやし、きゅうり、ツナ、わかめ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、えのきたけ、たまご	436
2	ど	ぶたのしょうがやきどん ・トマトいりたまごスープ りんごゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、ぶたにく、たまねぎ、いりごま、たまご、トマト、チンゲンサイ、にんじん、しめじ	445
4	げつ	レーズンパン(ゆめチーム:食パン) ・ミートボール ブロッコリーとチーズのサラダ ・コンソメスープ ・ぎゅうにゅう	レーズンパン、ミートボール、ブロッコリー、チーズ、コーン、たまねぎ、にんじん、しめじ、だいこんは	364
5	か	ごはん(ごましお) ・たらのたつたあげ ・ひじきとこうやどうふのもの みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、ごましお、たらのたつたあげ、ひじき、にんじん、こうやどうふ、しらたき、いんげん、だいこん、とうふ	400
6	すい	ごはん ・あかうおのさいきょうやき ・きんときまめ(カシオペア以上児のみ) ほうれんそうのなめたけあえ ・ようふうかきたまじる ・ぎゅうにゅう	ごはん、あかうおのさいきょうやき、きんときまめ、ほうれんそう、もやし、にんじん、なめたけ、とりにく、はるさめ、たまご、しめじ、ねぎ	527
7	もく	ひやしちゅうか ・とりのからあげ ・パインゼリー ・ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、きゅうり、きんしたまご、ロースハム、とりのからあげ	428
8	きん	ふりかけごはん(のりたま) ・しのだに ・さつぱりあえ みそけんちんじる ・ぎゅうにゅう	ごはん、のりたまふりかけ、しのだに、おくら、もやし、きゅうり、とうふ、だいこん、にんじん、ごぼう、さといも、ねぎ	437
9	ど	カレーライス ・だいこんサラダ ・あおりんごゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、ぶたにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だいず、カレールウ、だいこん、きゅうり、コーン、ツナ	473
11	げつ	山の日 		
12	か	こくとうパン ・ツナオムレツ ・サイコロサラダ コンソメスープ ・ぎゅうにゅう	こくとうパン、ツナオムレツ、きゅうり、トマト、いんげん、チーズ、ほうれんそう、たまねぎ、ウインナー、にんじん	370
13	すい	ごはん ・ごもくやさいにくだんご ・ブロッコリーのちゅうかサラダ とうふとこまつなのスープ ・ぎゅうにゅう	ごはん、ごもくやさいにくだんご、ブロッコリー、きゅうり、コーン、とうふ、こまつな、にんじん、えのきたけ	400
14	もく	スティックパン ・ロールキャベツ ・マカロニサラダ やさいスープ ・ぎゅうにゅう	スティックパン、ロールキャベツ、マカロニ、きゅうり、ロースハム、みかんかん、コーン、にんじん、ブロッコリー、しめじ、キャベツ、じゃがいも	430
15	きん	ひやしそうめん ・チーズドッグ ・みかんかん ・ぎゅうにゅう	そうめん、きんしたまご、あぶらあげ、きゅうり、チーズドッグ、みかんかん	415
16	ど	マーボーどうふどん ・やさいたっぷりスープ ラフランスゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、とうふ、ぶたひきにく、たまねぎ、ねぎ、しょうが、キャベツ、にんじん、えのきたけ、だいこんは	427
18	げつ	バターロール ・プチハンバーグ ・レタスときゅうりのサラダ かぼちやのシチュー ・ぎゅうにゅう	バターロール、プチハンバーグ、レタス、きゅうり、コーン、かぼちや、たまねぎ、にんじん、ベーコン、しめじ、シチュールウ、ぎゅうにゅう	394
19	か	ごはん ・さけのしおやき ・おくらとにんじんのごまあえ みそしる ・ミニゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、さけのしおやき、おくら、にんじん、すりごま、キャベツ、とうふ、あおさ、えのきたけ	372
20	すい	ぎゅうどん ・きゅうりとわかめのすのもの ・おすまし ・むぎちや	ごはん、ぎゅうにく、たまねぎ、やきどうふ、きゅうり、ツナ、わかめ、いりごま、たまふ、ほうれんそう、ねぎ	407
21	もく	のりつくだにごはん ・あつやきたまご ・トマト ・にくじゃが みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、のりつくだに、あつやきたまご、トマト、ぶたにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いとこんにやく、いんげん、キャベツ、あぶらあげ、ねぎ	471
22	きん	スパゲティマトソース ・コールスローサラダ フルーツポンチ ・むぎちや	スパゲティめん、ツナ、たまねぎ、ピーマン、しめじ、キャベツ、きゅうり、コーン、ロースハム、みかん、パイン、おうとう、りんご、ブロッコゼリー	503
23	ど	そぼろどん ・やさいたっぷりスープ ・ももゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、とりひきにく、いりたまご、キャベツ、にんじん、しめじ、チンゲンサイ、たまねぎ	433
25	げつ	ブルーベリージャムサンド ・さつまいものオムレツ ・シルバーサラダ コンソメスープ ・ぎゅうにゅう	しょくパン、ブルーベリージャム、さつまいものオムレツ、ピーマン、ツナ、きゅうり、コーン、キャベツ、ほうれんそう、もやし、ベーコン、にんじん	438
26	か	ふりかけごはん(さけ) ・いかのてんぷら(そら・ゆめチーム:きすの天ぷら) れいしやぶサラダ ・みそしる ・ぎゅうにゅう	ごはん、さけふりかけ、いかのてんぷら、ぶたにく、レタス、きゅうり、トマト、わかめ、じゃがいも、たまねぎ	445
27	すい	SDGs  ごはん ・いわしのごまみそに(そら・ゆめチーム:赤魚の煮付け) はるさめサラダ ・せんべいじる ・むぎちや	ごはん、いわしのごまみそに、はるさめ、きゅうり、みかんかん、ロースハム、きんしたまご、とりにく、ごぼう、にんじん、ねぎ、あぶらあげ、しいたけ、こんぶ、おつゆせんべい	454
28	もく	ひやしたぬきうどん ・にくじゃがコロッケ あまなつみかんかん(そら・ゆめチーム:みかん缶) ・むぎちや	うどん、あげだま、なると、きゅうり、わかめ、にくじゃがコロッケ、あまなつみかんかん	343
29	きん	なつやさいカレー ・スマイルポテト ・だいこんサラダ ガリガリくんアイス(ソーダ)(そら・ゆめチーム:ラムネゼリー) ・むぎちや	ごはん、とりにく、にんじん、たまねぎ、コーン、なす、トマト、だいず、カレールウ、スマイルポテト、だいこん、きゅうり、レタス、ツナ	459
30	ど	ピピンパどん ・わかめスープ ・オレンジゼリー ・ぎゅうにゅう	ごはん、ぶたひきにく、もやし、にんじん、ほうれんそう、きんしたまご、わかめ、コーン、ねぎ	447

※月齢ごとに咀嚼(噛む、飲み込む)の発達異なりますので、提供する献立、食材が異なります。

※1歳児そらチームの2学期頃まで、アレルギーを起こしやすい魚介類(さば、えび等)の提供はありません。

※そらチームの3学期頃から、アレルギーの心配がないお子様には、献立表通りに提供することとなりますので、ご家庭で献立表の食材を2回以上は食べておくようしてください。

※エネルギーの表示について、カシオペア以上児のエネルギー表示となっております。そら・ゆめチームの場合はカシオペア以上児(上記)の約8割となります。

※食材の購入や行事等により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



夏野菜で体の中から涼しく!

きゅうりやトマトなどの夏野菜は水分をたっぷり含んでいるので、汗で奪われた水分を補給したり、涼しくさせるように体を冷やしたりする作用があります。また、利尿作用のあるカリウムも豊富で、暑さでとり過ぎてしまった水分をしっかり排出して、体内の水分量を調節してくれます。夏野菜を食べ、元気に夏を乗り切りましょう。



水分のとり方に気をつけましょう

暑い季節、体は汗をかきことで、皮膚から熱を奪って体温を下げようと機能します。子どもたちは長時間汗をかいても遊びに夢中で、のどの渇きに気づきにくいことがあります。①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆっくりと飲む ②飲み物は冷やし過ぎない ③一度に大量に飲まない ④運動の前後にこまめに水分を摂取する という4つの点に注意して上手に水分をとりましょう。



27日(水)SDGsデー献立



今月のSDGsデーでは「せんべい汁」を提供します。材料の野菜は皮をむかずに調理します。また、長ねぎの青い部分やだしをとった後の昆布も具材として使用し、廃棄量を削減します。