

8月園だより

暑中お見舞い申し上げます

ジリジリと日が照りつけ暑い日が続きますが、晴れ渡る青空を見ると心までスッと爽快な気分になります。

今年の夏もたくさんあそんでいっぱい食べて、しっかりと休息をとりながら元気に楽しくすごしていきたいと思います。

保育目標

- ・夏の遊びを楽しむ
- ・夏の自然に关心を持つと共に、健康に留意して規則正しい生活習慣を身につける



9月の行事予定

- 1日 避難訓練
 - 2日 バスドライブ（りす組）
 - 8日 避難訓練
 - 18日 お誕生日会
 - 25日 体育あそび参観（ひよこ組）
 - 29日 体育あそび参観（うさぎ組）
- ※諸事情により日程が変更になる場合があります。ご了解ください。

★9月より行事表はキッズピューアプリ
《行事》からご覧ください。

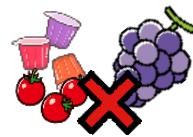
お名前記入のお願い

- ◎持ち物には、はっきりと名前を書きましょう
着替える機会が多くなります。下着やくつ下なども再度確認してください。その他の持ち物全てにはっきりと名前を書いてください。
- ◎体操服や制服にも所定の部位に記入をお願します。

お弁当について

子どもたちが安全に食べることができるよう以下ものは、お弁当に入れないでください。
(給食でも提供していません。)

- ・ミニトマト、さくらんぼ、ぶどう、
丸チーズ、ミニゼリー
- ・りんご（ひよこ組）
- ・ピックは使わないでください。



お弁当作りの際には、ご協力をお願いいたします。

戸外活動について

雷注意報が発令されている時は、子どもたちの安全を考慮し戸外での活動は中止とします。
ご理解の程よろしくお願いします。

〈8月行事〉

	行事	教室		行事	教室
1 金			17 日		
2 土			18 月	通常保育開始	
3 日			19 火	身体測定	絵画教室
4 月	夏まつり会①		20 水		体育教室
5 火	夏まつり会②		21 木	お誕生日会	
6 水		体育教室	22 金	おはなし配達（4才）	English play(2才~)
7 木	避難訓練		23 土	お弁当DAY	
8 金	着替え袋・上靴持ち帰り 全クラス布団持ち帰り		24 日		
9 土	お弁当DAY		25 月		書き方教室
10 日			26 火	ぶどう狩りごっこ	音楽教室
11 月	山の日		27 水		体育教室
12 火			28 木		
13 水			29 金	全クラス布団持ち帰り 月刊誌持ち帰り おはなし配達（5才）	English play
14 木			30 土		
15 金			31 日		
16 土					

お盆保育

8:00~17:00

申込者のみ

事前の申込のみ対象となります。



ホームページアドレス <https://www.aiwakai-nara.or.jp>





みやのもりだより



8月号

気持ちいい水遊び



初めは冷たいお水にちょっとドキドキした様子のお友だち。少しずつ水にも慣れてそっと水の中に手を入れてみたり豪快にバチャバチャ顔まで濡れながら楽しんでくれていますよ♪小さなプールにも入り水の冷たさや心地よさも感じながら遊んでてくれています。まだまだ暑い日が続くので水遊びや氷遊びなど夏ならではの遊びもみんなで楽しんでいきたいと思います。



暑さに負けず元気いっぱいのうさぎ組さん！



天気の良い日にはなかよし広場で水遊びを楽しみ、全力で水に向かって遊んでくれている子どもたちです。先日の七夕祭り会ではみんなでお歌を歌ったり「みんなの願いが叶いますように～」と願ったり素敵な時間を過ごしましたよ ❤️



8月も楽しく過ごしたいと思います。

真夏の太陽に負けず、元気に過ごすりす組のお友だちです。先月からは水遊びも始まり、足で水をバシャバシャとしたり水鉄砲でピュー！と水を出してみたりと全力で楽しむ姿が見られます。先生の足に水をかけることも喜んでいますよ♪また先日はかき氷を食べました！「何にする？」とシロップの味を聞くと「いちご！」「メロン！！」と嬉しそうに選びとっても美味しいように食べていましたよ。これからも夏の遊びをみんなで楽しみたい思います。



そう組では運動会に向け、バルーンの練習に取り組んでいます。「1、2、3、4」と元気に声を揃え、「お山」や「お家」、「大波・小波」など、色々な技に挑戦する子どもたち。憧れのバルーンということもあります、「今日はバルーンするの？」とやる気もいっぱいです!!お友達と力を合わせながら一生懸命練習してくださっているので、お家でも応援してあげてください。



★お願い★

女の子の髪型ですが、髪の長い子は髪をくくって登園させてあげてください。また、ポニーテールなどの高い位置で結ぶ髪型はバルーンの練習に差し支えることがあります。頭のてっぺんは避け、肩や耳のあたりで結んでくださいますようお願いします。



おいしかったね ❤️ かき氷



ぱんだ組のみんなでかき氷を食べました。朝から楽しみにしていて、いざ氷の削られる音を聞くとわくわくが止まらないお友達。好きな味のシロップを選び、「冷た~い」「雪みたい」と冷たさを感じながら食べてもらいました。「おいしかった」「またしたい」と次回を楽しみにしてくれている子ども達でしたよ 🎵



暑さに負けず元気いっぱいに過ごしてくれるおん組の子ども達。



今月は、お部屋で人気の遊びをご紹介します！ 🎈



★折り紙遊び 動物やしゅりけん、カメラなど友達と教え合い、色々な折り方に挑戦しています。

★制作遊び 画用紙、折り紙、のり、はさみを使い、携帯電話や財布、ごっこ遊びに使う道具などを作り楽しんでいます。また、お手紙制作では、気持ちを込めて文字やイラストを書きプレゼントする姿も見られます。

★ごっこ遊び 友達と協力や相談しながら大型ブロックを使い、お家やキッチン作り。役割をみんなで決めたら、楽しそうな会話が聞こえてきますよ。これからもたくさん遊ぶ中で色々な経験を重ねて楽しく過ごしていきたいと思います ❤️



8月給食だより



毎日とても暑い日が続いています。体の水分が失われて熱中症や熱射病になってしまいます。子どもたちは遊びに夢中で水分補給を忘がちなので、ご家庭でもこまめな水分補給をするようにしてください。夏の疲れからくる食欲不振や体力衰退などで体調を崩すことがあります。栄養たっぷりのおいしい夏野菜を食べて暑さに負けない体を作りましょう。

気を付けよう！ペットボトル症候群

ペットボトル症候群とは？

ペットボトル症候群とはジュースや炭酸飲料水など糖を含む清涼飲料水の大量摂取により、高血糖状態になる病気のことです。清涼飲料水には吸収されやすい糖が多量に含まれており、飲むと血糖値が上がりります。血糖値の上昇は喉の渇きを引き起こし、更に清涼飲料水を飲んでしまう、という悪循環に陥ってしまうのです。高血糖状態が続くと、吐き気・嘔吐・食欲不振などの症状が現れ、酷いケースなら昏睡することもあります。

上手な水分補給を仕方

ペットボトル症候群を引き起こさないために、以下のことを心がけましょう！



○清涼飲料水を水代わりにしない

日常的な飲み物は水やお茶にし、糖分を含む飲料を飲むのであれば時々にしましょう。清涼飲料水ばかりを飲んでしまう習慣がつかないようにしましょう。

○水筒を持ち歩く

自動販売機の清涼飲料水に手を伸ばさないように、夏の外出時には自宅で入れたお茶などを水筒に入れて持っていくましょう。

○スポーツドリンクは2～3倍に希釀して飲む

糖の大量摂取を防ぐだけでなく、腸からの水分や塩分の吸収を良くするうえでも有効となります。

○冷やしすぎに注意する

清涼飲料水は冷やしすぎると甘さを感じにくくなり、飲む量が増えてしまいます。

☆その他にも自宅に清涼飲料水を常備しないなどがあります。どれも意識すれば簡単にできるので是非実践してみてください！

きゅうりと人参のひたひた



《材料》4人分

きゅうり…1本

人参…1/2本

醤油…大さじ1

酢…大さじ1

砂糖…大さじ1/2

かつお節…適量

塩…塩もみ用 少々

[作り方]

- ① きゅうりと人参はスライサーなどで薄く切り、塩を少々振って10分程置いて出た水分を絞ります。
- ② ボウルに他の材料と①を入れ混ぜ合わせたら完成！

よく冷やすと冷たくて美味しいので夏にもってこいの一品です。



令和7年度8月献立表



宮森保育園

					1日（金）	2日（土）
10時					ピスケット	せんべい
12時					御飯 筑前煮 厚焼玉子 じゃがいものすまし汁	肉うどん みかん缶
15時					ミルク 野菜スナック	コーンスナック
	4日（月）	5日（火）	6日（水）	7日（木）	8日（金）夏祭りメニュー	9日（土）
10時	せんべい	ポーロ	ぶどうジュース (0-1才: コーンスナック)	クラッカー	ピスケット	コーンスナック
12時	御飯 さばのうまうま焼き チンゲン菜の和え物 かき玉汁	コッペパン チキンカツ グリーンサラダ マカロニスープ	マー婆ー丼 揚げ餃子 中華スープ みかん缶	パケット (0-1才: コッペパン) オムレツ ラタトウイユ コーンポタージュ りんご缶 (0才: みかん缶)	御飯 からあげ ビーフンの野菜炒め 豚汁	お弁当
15時	ミルク ピスケット	ミルク パインヨーグルト	お茶 ごませんべい (0-1才: せんべい) 炒り煮干し	ミルク クッキー 炒り煮干し	ミルク ワインナーケーキ	せんべい
	11日（月）	12日（火）	13日（水）	14日（木）	15日（金）	16日（土）
10時	山の日	コーンスナック	せんべい	コーンスナック	きな粉せんべい	せんべい
12時		お盆保育	お盆保育	お盆保育	お盆保育	お盆保育
15時		お茶 せんべい	お茶 えんどうスナック	お茶 塩せんべい	お茶 パイクッキー	コーンスナック
	18日（月）	19日（火）	20日（水）	21日（木）お楽しみメニュー	22日（金）	23日（土）
10時	せんべい	ポーロ	りんごジュース (0-1才: コーンスナック)	クラッcker	ピスケット	コーンスナック
12時	御飯 彩り豆腐ハンバーグ 切干大根と野菜の煮物 じゃがいもの味噌汁	コッペパン コロッケ パンバンジー風サラダ しめじのスープ	炒りじゃこ御飯 冷やしきつねうどん かぼちゃの天ぷら オレンジ (0才: みかん缶)	ポテトサラダドッグ チキンナゲット ハワイアンサラダ ABCスープ	キーマカレー (0才: カレーピラフ) きゅうりと人参のひたひた 麩のすまし汁 黄桃缶	お弁当
15時	ミルク クリームクラッcker 炒り煮干し	ミルク フルーツポンチ	お茶 あられ (0-1才: せんべい) 炒り煮干し	ミルク プリン	ミルク フライドポテト	せんべい
	25日（月）	26日（火）	27日（水）	28日（木）	29日（金）	30日（土）
10時	せんべい	コーンスナック	りんごジュース (0-1才: クッキー)	クラッcker	ピスケット	せんべい
12時	ふりかけ御飯 豚じゃが煮 ワインナー ちくわと揚げの味噌汁	コッペパン 白身魚フライ ジャーマンポテト かき玉スープ	木の葉丼 きゅうりのごま酢和え 豆腐の味噌汁 パイン缶	ベジロール ミートスパゲティ ツナサラダ オニオンスープ	御飯 カレイのから揚げ 小松菜と炒り卵の和え物 大根のすまし汁	ジャージャー麺 みかん缶
15時	ミルク カステラ 炒り煮干し	ミルク チヂミ	お茶 甘辛せんべい 炒り煮干し	ミルク じゃこトースト	ミルク カルピスゼリー	せんべい

8月 除去食一覧(卵)



宮森保育園

日	曜日	献立表のメニュー (食品のランク)	除去対象者のランク	アレルゲンを除去したメニュー		
				おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)
1	金	厚焼玉子	B・C・D・完		ワインナー	
2	土					
3	日					
4	月	かき玉汁	B・C・D・完		白菜と玉ねぎのすまし汁	
		ピスケット	完			除去せんべい
		ポーロ	D・完	除去せんべい		
5	火	チキンカツ	完		チキンナゲット	
		マカロニスープ	D・完		マカロニスープ(ベーコンX)	
6	水					
7	木	オムレツ	B・C・D・完		豚肉のハンバーグ	
		クッキー	完			除去せんべい
8	金					
9	土					
10	日					
11	月					
12	火					
13	水					
14	木					
15	金					
16	土					
17	日					
18	月					
19	火	ポーロ	D・完	除去せんべい		
20	水	冷やしきつねうどん	D・完		冷やしきつねうどん(かまぼこX)	
21	木	ポテトサラダドッグ	C・D・完		ふりかけ御飯・スマイルポテト	
		プリン	C・D・完			ストロベリーゼリー
22	金					
23	土					
24	日					
25	月	カステラ	D・完			除去せんべい
26	火	ジャーマンポテト	D・完		ジャーマンポテト(ベーコンX)	
		かき玉スープ	B・C・D・完		白菜と玉ねぎのスープ	
27	水	木の葉丼	B・C・D・完		きつね丼	
28	木	じゃこトースト	C・D・完			除去せんべい
29	金	小松菜と炒り卵の和え物	B・C・D・完		小松菜の和え物	
30	土					
31	日					

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。

(空欄はメニュー通りです)

◎マヨネーズ、卵を含むドレッシングはマヨドレ(卵抜き)に変わります。

※「完」…完全除去

8月除去食一覧(乳)



宮森保育園

日	曜日	献立表のメニュー (食品のランク)	除去対象者のランク	アレルゲンを除去したメニュー		
				おやつ(10時)	昼食	おやつ(3時)
1	金	ビスケット ミルク	完 B・C・D・完	除去せんべい		お茶
2	土					
3	日					
4	月	ビスケット ミルク	完 B・C・D・完		除去せんべい	お茶
5	火	コッペパン マカロニスープ パインヨーグルト ミルク	完 完 B・C・D・完 B・C・D・完		御飯 マカロニスープ(ベーコンX)	除去せんべい お茶
6	水					
7	木	クラッカー O-1才:コッペパン コーンポタージュ クッキー ミルク	完 完 C・D・完 完 B・C・D・完	除去せんべい	ふりかけ御飯 コンソメスープ	除去せんべい お茶
8	金	ビスケット ミルク	完 B・C・D・完	除去せんべい		お茶
9	土					
10	日					
11	月					
12	火					
13	水					
14	木					
15	金					
16	土					
17	日					
18	月	せんべい クリームクラッカー ミルク	完 C・D・完 B・C・D・完	除去せんべい		除去せんべい お茶
19	火	コッペパン コロッケ ミルク	完 完 B・C・D・完		御飯 星のコロッケ	お茶
20	水	かぼちゃの天ぷら	完		かぼちゃの天ぷら(天ぷら粉X)	
21	木	クラッcker ポテトサラダドッグ プリン ミルク	完 完 C・D・完 B・C・D・完	除去せんべい	ふりかけ御飯・スマイルポテト	ストロベリーゼリー お茶
22	金	ビスケット キーマカレー ミルク	完 完 B・C・D・完	除去せんべい	カレーピラフ	お茶
23	土					
24	日					
25	月	カステラ ミルク	D・完 B・C・D・完			除去せんべい お茶
26	火	コッペパン ジャーマンポテト ミルク	完 完 B・C・D・完		御飯 ジャーマンポテト(ベーコンX)	お茶
27	水	O-1才:クッキー	完	除去せんべい		
28	木	クラッcker ベジロール じゃこトースト ミルク	完 完 C・D・完 完	除去せんべい	ふりかけ御飯	除去せんべい お茶
29	金	ビスケット カレイのから揚げ カルピスゼリー ミルク	完 完 D・完 B・C・D・完	除去せんべい	豚肉のハンバーグ	ストロベリーゼリー お茶
30	土					
31	日					

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。 (空欄はメニュー通りです)

※「完」…完全除去

8月 削除食一覧(その他)



宮森保育園

日	曜日	献立表のメニュー	除去食品	アレルゲンを除去したメニュー		
				おやつ（10時）	昼食	おやつ（3時）
1	金					
2	土					
3	日					
4	月	さばのうまうま焼き	さば		がんも	
5	火	パインヨーグルト	パイン・ゼラチン			除去せんべい
6	水					
7	木					
8	金					
9	土					
10	日					
11	月					
12	火					
13	水					
14	木					
15	金					
16	土					
17	日					
18	月					
19	火	フルーツポンチ	パイン			フルーツポンチ（パイン×）
20	水					
21	木	ハワイアンサラダ	パイン		フレンチサラダ	
		プリン	ゼラチン			ストロベリーゼリー
22	金	黄桃缶	桃			みかん缶
23	土					
24	日					
25	月					
26	火					
27	水	パイン缶	パイン		みかん缶	
28	木					
29	金					
30	土					
31	日					

◎除去が対象となる献立を記載しています。その他のメニューは行事及び献立表をご覧ください。



令和7年度 8月献立表(離乳食)



宮森保育園

日	曜	10時おやつ	給 食(中 期・後 期)			3時おやつ	給 食(初 期)		
1	金	ハイハイン	おかゆ	豆腐とうどんと人参の煮物	じゃがいものすまし汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆで人参	ゆでじゃがいも
2	土	せんべい	野菜たっぷりおじや			ハイハイン	つぶし粥	ゆでさつまいも	
3	日								
4	月	せんべい	おかゆ	ささみとさつまいもとチンゲン菜の煮物	白菜のすまし汁	ビスケット	つぶし粥	ゆでさつまいも	ゆでチンゲン菜
5	火	クッキー	おかゆ/コッペパン	白身魚と小松菜と人参の煮物	マカロニスープ	ハイハイン	つぶし粥	ゆで小松菜	ゆで人参
6	水	おやさいすなっく	人参がゆ	豆腐とうどんとほうれん草の煮物	麩のすまし汁	せんべい	つぶし粥	ゆでほうれん草	ゆで人参
7	木	ビスケット	チンゲン菜がゆ	ささみとかぼちゃと大根の煮物	オニオンスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆで大根
8	金	ハイハイン	おかゆ	白身魚と小松菜とじゃがいもの煮物	玉ねぎと人参の味噌汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆで小松菜	ゆでじゃがいも
9	土	せんべい	お弁当日			ハイハイン	お弁当日		
10	日								
11	月		山の日				山の日		
12	火	クッキー	お盆保育			ハイハイン	お盆保育		
13	水	おやさいすなっく	お盆保育			せんべい	お盆保育		
14	木	ビスケット	お盆保育			クッキー	お盆保育		
15	金	ハイハイン	お盆保育			おやさいすなっく	お盆保育		
16	土	せんべい	お盆保育			ハイハイン	お盆保育		
17	日								
18	月	せんべい	チンゲン菜がゆ	豆腐とかぼちゃと人参の煮物	じゃがいもの味噌汁	ビスケット	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆでチンゲン菜
19	火	クッキー	おかゆ/コッペパン	ささみと大根とブロッコリーの煮物	オニオンスープ	ハイハイン	つぶし粥	ゆで大根	ゆでブロッコリー
20	水	おやさいすなっく	おかゆ	白身魚と人参とほうれん草の煮物	うどんのすまし汁	せんべい	つぶし粥	ゆで人参	ゆでほうれん草
21	木	ビスケット	おかゆ	豆腐とさつまいもと人参の煮物	ABCスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでさつまいも	ゆで人参
22	金	ハイハイン	人参がゆ	ささみとかぼちゃとブロッコリーの煮物	麩のすまし汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆでブロッコリー
23	土	せんべい	お弁当日			ハイハイン	お弁当日		
24	日								
25	月	せんべい	ほうれん草がゆ	白身魚とじゃがいもと人参の煮物	麩の味噌汁	ビスケット	つぶし粥	ゆでほうれん草	ゆでじゃがいも
26	火	クッキー	おかゆ/コッペパン	豆腐とうどんと人参の煮物	白菜のスープ	ハイハイン	つぶし粥	ゆで人参	ゆで白菜
27	水	おやさいすなっく	おかゆ	ささみとじゃがいもと小松菜の煮物	豆腐の味噌汁	せんべい	つぶし粥	ゆでじゃがいも	ゆで小松菜
28	木	ビスケット	チンゲン菜がゆ	白身魚とさつまいもと人参の煮物	オニオンスープ	クッキー	つぶし粥	ゆでさつまいも	ゆで人参
29	金	ハイハイン	おかゆ	豆腐とかぼちゃと小松菜の煮物	大根のすまし汁	おやさいすなっく	つぶし粥	ゆでかぼちゃ	ゆで大根
30	土	せんべい	野菜たっぷりおじや			ハイハイン	つぶし粥	ゆでさつまいも	
31	日								

※初期の10時・3時おやつはハインハインです。



すくすく



夏真っ盛りの8月！眩しい太陽に負けないくらい、元気いっぱいに過ごす子どもたち。連日の猛暑が続いているですが、水分補給や体調管理に気をつけながら夏の季節をめいっぱい楽しみたいと思います。



熱中症



夏は熱中症が最も多くなる季節です。炎天下にいると、大量の汗で体の水分や塩分が失われ、体温調整がうまくできなくなってしまいます。特に子どもは体温調整機能が未熟で熱中症になりやすいので、日頃から周囲の大人が体調の変化に気を配るようにしましょう。

予防のポイント

服装

- ・薄い色の服を着る
- ・吸湿性や通気性の良い素材
- ・屋外では帽子の着用
- ・直射日光を避ける
- ・保冷剤を使用する



車内

- ・エアコンを使用し、車内を冷やす
- ・車内は短時間で高温になるため、置き去りにしない

地面

- ・地面の熱に注意
(背が低く、地面からの照り返しを受けやすい)



日頃から適度に外遊びをして、体を暑さに慣れさせておくことも大切ですよ！



8月7日は鼻の日



とびひ



鼻とは・・・

鼻は匂いを感じたり、呼吸をする働きをしています。鼻の穴と耳の穴はつながっているので、鼻水を吸い込むと耳の病気になることもあります。上手にかめるようになって、鼻も耳も大切にできるといいですね。

上手に鼻をかむ方法

- ① まず、口から息を吸い込みます。
ティッシュを広げて、鼻全体を包みこむように押さえます。
- ②片方ずつ鼻の穴を押さえ、ゆっくり少しづつかみます。強くかみ過ぎないように気をつけましょう。
- ③鼻をつまむようにふき取り、ティッシュはゴミ箱に捨てましょう。

☆遊びから始めてみましょう☆

《鼻かみ練習》

※鼻で吹いてみよう！顔の前にティッシュを広げ、鼻で「フー」と吹いてみます。ティッシュが動いたら大成功！

夏に多い皮膚トラブル！

とびひにご注意を！

【とびひ(伝染性膿瘍疹)】

あせもや湿疹・虫さされをかきむしった傷口などに主に黄色ブドウ球菌が感染して起こる皮膚病です。

【症状】

皮膚に水膨れができ、破けて赤くむけたような状態になり、かゆみを伴います。

【注意すること】

接触によってうつり、あっという間に広がります。症状がみられたら早めに受診し、治療を開始することが大切です。ジュクジュクしている部分はガーゼで覆い、他の人が接触しないように気をつけましょう。

