

The News Restaurant Parisienne

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The News Restaurant Parisienne PSYHOUI KINDERHEARTS THE PSYHOUI TIMES - July / 01 / 2013 No. 00484 Free Newspaper

給食だより - パリジェンヌ -

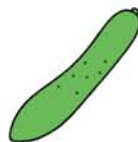
担当: M. 清美 M. キクヨ M. みどり K. 郁代

E-mail: SaitoujiGroup@msn.com

◆いよいよ夏がやってきます。太陽の光をいっぱい浴びて真っ赤に育ったトマトや紫色が鮮やかななす、それに緑のきゅうり、色とりどりのピーマンなど、夏野菜の季節です。「医食同源」という言葉があります。人の健康を保つために、医療と食事は同じ役割を果たすものだと考えられています。蒸し暑さのため、食欲が低下してバテがちな夏こそ、色鮮やかな野菜をたっぷり食べて、体の調子をしっかりと整えましょう。

夏野菜・・・

なす・トマト・ピーマン・かぼちゃ・きゅうり・冬瓜・オクラ・ゴーヤーなどなど。
バランスよく食べて暑い夏を乗りきりましょう！



☆ 今月のベストミール ☆

- The Restaurant Parisienne PSYHOUI -

子どもたちに人気のおやつ きなこだんご

いつもお皿が洗ったかのようにきれいになってかえってきます。

もちろんおかわりも残らずきれいに食べてあります(*^。^*)

材 料

だんごの粉	白玉粉	
きな粉	砂糖	しお

作り方

だんごの粉と白玉粉を水でよくこねる。
鍋に水を入れ沸騰したら丸めただんごを入れる。
しばらくして浮き上がってきたらざるですくい水につける。
きな粉に同量の砂糖と少々のおしおをいれよくあわせておく。
水気をきっただんごをきなこにまぶします。

粉によもぎをいれたりして色をつけ、子どもと一緒にいろいろなかたちをつくら
たのしいですよ。

鍋に入れるときはお湯に注意してくださいね。

Local Irish Band Military Men and Women

Two years ago, U.S. Navy personnel were assigned to the U.S.S. *USS*... teacher and assistant director of the Orange County Symphony; and Mike Tiffany, bass, a computer engineer. Tiffany has been playing the length of the band for the past...
 The News Restaurant Parisienne PSYHOUI -
 月 西方寺 給食だより [パリジェンヌ]

給食こんだて表

日	曜	行事	3歳未満児 おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	月		果汁、丸ぼーろ	だんご汁、ごまあえ、納豆	牛乳、カントリークッキー
2	火		お茶、ゼリー	厚焼たまご、野菜、じゃが芋の煮物、みそ汁	お茶、芋ようかん
3	水	おにぎりの日 	お茶、バナナ	ししゃも、ポテトサラダ、みそ汁、スポロン	ミルク、クラッカー、チーズ
4	木		お茶、黒棒	マーボー豆腐、パンバンジーサラダ、スープ	牛乳、おしばん
5	金		牛乳、ビスケット	すり身あげ、ごまみそサラダ、すまし汁	お茶、みたらしだんご
6	土			おにぎり、春雨スープ	
7	日	七夕 			
8	月		果汁、せんべい	カレーライス、フルーツサラダ、福神漬	牛乳、きな粉ごまクッキー
9	火		お茶、カステラ	ホイコーロー、シーザーサラダ、みそ汁	牛乳、ポテトチップス
10	水	交通安全訓練	お茶、みかん缶	野菜のピーナツ和え、スープ、フルーチェ	ミルク、学研おかし
11	木		牛乳、チーズ	切干大根の煮物、みそ汁、バナナ	ヨーグルト、せんべい
12	金	キャンプ大会 	お茶、ビスコ	(ばら・さくら) シチュー、サラダ	かき氷
13	土	キャンプ大会 		すいか 	
14	日				
15	月	海の日			
16	火		お茶、せんべい	夏野菜グラタン、切干大根サラダ、みそ汁	ミルク、学研おかし
17	水		牛乳、スティックパン	鶏肉のマリネ、レタス、みそ汁、スポロン	お茶、きなこだんご
18	木		お茶、野菜バー	五目煮豆、ごまあえ、すまし汁	牛乳、シナモンスティック
19	金	お誕生日会 	ヨーグルト	お箸とコップを忘れずに・・・	牛乳、 ?
20	土			炊き込みごはん、すまし汁	
21	日				
22	月		果汁、クラッカー	ポークビーンズ、サラダ、ウィンナー	牛乳、レモンケーキ
23	火		お茶、ドーナツ	レバーのバーベQソース煮、レタス、スープ	牛乳、アーモンドクッキー
24	水	避難訓練	コーンフレーク	中華サラダ、竹輪の照り煮、みそ汁	ミルク、バナナ、チーズ
25	木	YY指導	お茶、もも缶	肉じゃが、野菜サラダ、ミニゼリー	牛乳、人参ドーナツ
26	金		牛乳、ウェハース	あじの南蛮漬、キャベツのゆかりあえ、みそ汁	ヨーグルト、おかし
27	土			牛乳、ホットケーキ	
28	日				
29	月		果汁、クッキー	コーンクリームシチュー、サラダ、りんご	牛乳、ココア蒸しケーキ
30	火		お茶、バームクーヘン	チャプチェ、こぶき芋、スープ	ミルク、学研おかし
31	水		牛乳、ラスク	スパゲティサラダ、レタス、すまし汁	牛乳、たまごサンド

for adults... experience when Terry... his local Irish/American band... traveled to the base to entertain them on St. Patrick's Day... the other five members... and the band was able to... a couple of the families even took time out from their busy schedule to host Terry and the band members... had them on a... band, www.innisfreemusic.com



園だより - さいほうじレター -

園長: 萩嶺 麗子 担当: M. 芙由美

E-mail: SaihoujiGroup@msn.com

梅雨入りは早かったのに、今になって本格的な梅雨がやってきました。ですが、雨にも負けないくらい元気な子どもたち。プールの周りに万国旗を張ると、「プールがはじまる！」と嬉しそうにしていました。早く夏本番になって、プールあそびを通して、水に親しみ、様々なことに挑戦し、楽しみながら学んでいってほしいと思います。



☆ 今月の目標 ☆		- The PSYHOUI LETTER Prime -
ふせほうし 布施奉仕 (だれにでも親切にしよう)		
すみれ/ Class Violet	夏の遊びのルールを守り、自分たちで工夫して楽しむ	
ひまわり/ Class Sunflower	水に興味を持ち、プールあそびを楽しむ	
さくら/ Class Cherry Blossom	水に慣れ、プールあそびを楽しむ	
ばら/ Class Rose	プールあそびに楽しんで参加する	



☆ 7月生まれのお友だち ☆

さくら組	8日	ゆあちゃん (4さい)
ばら組	1日	さなちゃん (3さい)
	11日	ゆうくん (2さい)

おすすめ絵本

「とんとん とめてくださいな」

文・こいでたん 絵・こいでやすこ

三びきのねずみが、ハイキングに出かけた帰りに道に迷ってしまいました。1軒の家を見つけて戸をたたいてみますが、返事がありません。一体ここは誰の家なのでしょう。そしてねずみたちはどうなるのでしょうか？

おねがい

- 汗をかきやすい時期ですので、お風呂に入って清潔を心がけて下さい。洗髪も忘れずをお願いします。
- 朝の登園時、家での様子・体調などしっかり伝えて下さい。

お知らせ

私、「濱」は結婚しまして、名字が「南」になりました。これからも今までと変わらず、よろしくお願ひ致します。

The PSYHOUI LETTER Prime
 西方寺保育園 園だより [さいほうじレター]

☆ 7月のスケジュール ☆

日/Sun	月/Mon	火/Tue	水/Wed	木/Thu	金/Fri	土/Sat
30	1	2	3 おにぎりの日	4	5 1歳半健診 (H23.12月生)	6
7	8	9	10 交通安全訓練	11	12 キャンプ大会 (1日目)	13 キャンプ大会 (2日目)
14	15 海の日	16	17	18	19 誕生会 小学校終業式	20
21	22	23	24 避難訓練	25 YY指導 3歳半健診 (H21.12月生)	26	27
28	29	30	31	1	2	3

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime

キャンプ大会のお知らせ

(すみれ・ひまわり組)

今年もこの季節がやってきました！
 すみれ・ひまわり組は、12日(金)～13日(土)
 で園内キャンプを行います。今年度も中央
 保育園のお友だちと合同で行います。いろ
 いろなイベントを通して、たくさん交流し、
 楽しい夏の思い出を作ってほしいと思いま
 す。

詳しくは後日プリントにてお知らせしま
 す。



～保健ニュースより～

夏を元気に過ごすための熱中症対策

夏を元気に乗り切るためには、暑さへ体をならす
 ことが大切です。暑い時や外であそぶ時にはこまめ
 に水分補給をし、帽子をかぶることなどを心がけま
 しょう。

★水分補給のポイント★

夏場は汗をかくため、体から水分が失われていき
 ます。のどが渴いた時には、すでに脱水が始まって
 いるので、のどが渴く前に水分をこまめに少量ずつ
 与えるようにしましょう。

★帽子と服装で熱中症対策★

帽子は、首の後ろもカバーできるような形のもの
 が望ましいでしょう。服装については、熱中症予防
 の面から、黒などの濃い色よりも白っぽい方が熱を
 ためないので適しています。

