

The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES - JLY 01/2020 No.00567 FreeNewspaper



園だより - さいほうじレター -





園長：萩嶺 麗子 担当：三藤佳奈

E-mail: SaihoujiGroup@msn.c

7月に入り、蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは毎日元気いっぱい過ごしています。いよいよ子どもたちが楽しみにしていたプールが始まり、プールに入るのをとても楽しみにしています！

暑い日乗り越えられるように生活リズムを整え、早寝・早起き・朝ごはんを心がけていきましょう。



☆ 今月の目標 ☆		- The PSYHOUI LETTER Prime -
布施奉仕 (だれにでも親切にしよう)		
 すみれ/ Class Violet	夏の行事に積極的に参加し、達成感を味わう	
 ひまわり/ Class Sunflower	夏ならではの遊びに積極的に取り組む	
 さくら/ Class Cherry Blossom	夏の遊びを楽しみ元気に過ごす	
 ばら/ Class Rose	プール遊びを通して、水との触れ合いを楽しむ	

クラスの様子

すみれ・ひまわり かけっこや体操など、出来る ことが増え、次のステップに挑 戦しています。	さくら 音楽指導が始まり、とても楽 しんで参加している、さくら組 のみんなです。	ばら 2歳児はトイレトレーニング を少しずつ頑張っています。 1才児は言葉が増え、お喋りが 上手になってきました。
--	---	---

新しいお友達

ばら組

はるとくん

みんな仲良くしてくださいね♪

キャンプ大会のお知らせ

7月10日(金)、11日(土)にすみれ組のお友達が中央保育園西方寺認定こども園のお友だちと合同でキャンプ大会を行います。

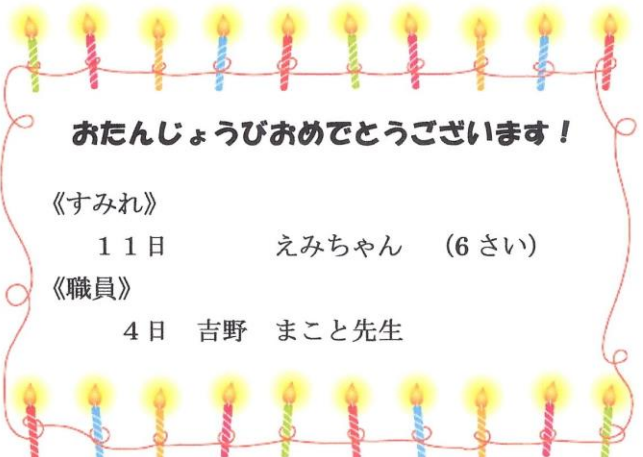
おたんじょうびおめでとうございます！

《すみれ》

11日 えみちゃん (6さい)

《職員》

4日 吉野 まこと先生



月/Mon	火/Tue	水/Wed	木/Thu	金/Fri	土/Sat	日/Sun
		1	2	3	4	5
6 安全訓練	7 七夕	8	9	10 キャンプ大会 (1日目)	11 キャンプ大会 (2日目)	12
13	14	15 誕生会	16	17	18	19
20	21 YY指導	22	23 海の日	24 スポーツの日	25	26
27	28	29 避難訓練	30	31		

～おねがい～

- 飾りの付いたヘアゴム・ヘアピン等は誤飲・紛失・ケガの原因となりますので、ご遠慮ください。
- 汗をかき、着替えの回数が多くなるので、下着を2～3枚準備して下さい。
- 持ち物にはすべて、名前の記入をお願いします。
消えかかっているものが無いか、再度、持ち物の確認をして下さい。
- 金曜日に持ち帰った、歯ブラシの毛先を確認し、交換・名前の確認をして月曜日に持たせて下さい。
〈すみれ・ひまわり・さくら組〉
- 暑くなってきましたので汗拭き用のタオルを毎日持たせて下さい。

熱中症・・・気温や温度が高い時に汗がかけなくなることで体に熱がこもり、体温調節ができなくなる病気です。重症になると生命の危険にさらされることがあります。特に子どもは、体温調節機能が十分に発達していないため、熱中症のリスクが高くなります。

屋外での注意点

- ◆水分補給：暑い日には、じわじわと汗をかいているので、のどが渇く前に水分補給をします。また、たくさん汗をかいた時は塩分も補給します。
- ◆服装：ゆったりした衣服を選び、襟元をゆるめて風通しをよくします。素材は吸汗・速乾のものを活用しましょう。また帽子を被ります。帽子は時々涼しいところで外して、汗の蒸発を促します。

屋内での注意点

- ◆エアコンなど：室内では、涼しく過ごす工夫をしましょう。温度や湿度計を置いてチェックし、エアコンや扇風機などを上手に活用します。
- ◆水分補給：屋内ですごしているときにも水分補給を忘れずに行います。子どもは、遊びに夢中になっていると、水分をとるのを忘れてしまう場合があるので、気をつけましょう。



梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は、急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかりと行い、暑い夏を乗り切りましょう。冷たいタオルで顔や手足を拭くだけでも、サッパリして気持ち良く過ごせますよ。

見て・味わって 夏野菜を楽しみましょう

夏野菜とは、夏が旬の野菜のことで、トマトやかぼちゃ、きゅうり、えだまめ、とうもろこし、なす、ズッキーニなどがあります。

旬の野菜は、そうでない時に収穫したものより栄養価が高く、味がよいといわれています。おいしい旬の野菜を味わってみませんか。



やさいの断面をみてみましょう

野菜は赤色で丸いもの、緑色で細長いものや丸いものなど、色や形もさまざまです。また、断面を見てみると、外側は緑色で中が白っぽいものや、中に種が詰まっているものなど、それぞれ特徴的な形をしていて、切り方によっても見た目が変わります。ぜひいろいろな野菜を切って試してみてください。



こまめな水分補給が大切です！



水分補給の基本は、のどがかわく前に少しずつこまめに水分をとることです。「のどがかわいた」と思った時は、体からすでに多くの水分が失われています。外遊びと時などは水筒を持参して、こまめに飲むようにお子さんに声をかけるようにして下さい

クッキング

先日、すみれ、ひまわり組さんできなこだんごをつくりました。

粉をこねて丸めてお湯に落とすといきました。ゆであがって浮いてくると「わ～、おもしろ～い!(^^)！」と声が上がりました。

仕上げのきなこつけは、さくら組さんも一緒に作りました。

おいしいきなこだんごができあがりました。





日	曜	行事	未満児おやつ	昼食	おやつ
1	水		牛乳 ラスク	鶏肉のヨーグルト焼き ポテトサラダ すまし汁	ミルク 丸ぼうろ チーズ
2	木		お茶 ミニゼリー	筑前煮 酢の物 みそ汁	牛乳 ヨーグルトケーキ
3	金		牛乳 クラッカー	ちくわの磯辺焼き サラダ すまし汁	牛乳 コーンフレーク
4	土		牛乳 ビスコ	ちゃんぽん サラダ	ヨーグルト ビスケット
5	日				
6	月	安全訓練	牛乳 野菜パー	親子丼 ごまあえ みそ汁	牛乳 りんごケーキ
7	火		果汁 卵ボーロ	鮭の西京焼きじゃが芋の金平 みそ汁	フルーツポンチ
8	水		牛乳 小魚チップ	ポークチャップ スパゲティーサラダ かき玉汁	ミルク 鯛あられ
9	木		お茶 みかん缶	肉豆腐 ごまあえ みそ汁	牛乳 卵サンド
10	金	キャンプ大会	牛乳 黒棒	シチュー サラダ りんご	ヨーグルト せんべい
11	土	キャンプ大会	牛乳 クッキー	そうめん おにぎり 佃煮	牛乳 クラッカー
12	日				
13	月		牛乳 コーンフレーク	けんちん汁 じゃが芋のチーズ焼き 酢の物	牛乳 ココア蒸しパン
14	火		果汁 ウエハース	松風焼き ひじきサラダ すまし汁	お茶 黒蜜だんご
15	水	誕生会	牛乳 ビスコ	お箸とコップを忘れずに・・・	牛乳 ケーキ
16	木		お茶 チーズ	マーボー豆腐 ナムル 中華スープ	牛乳 ラスク
17	金		牛乳 動物ヨーチ	すり身揚げ 野菜 みそ汁	ミルク ミニバウム
18	土		牛乳 ミゼリー	みそラーメン おにぎり 佃煮	牛乳 せんべい
19	日				
20	月		牛乳 カステラ	二色そばろ パナナ 豚汁	牛乳 マーブルケーキ
21	火	YY指導	果汁 丸ぼうろ	ミートローフ マカロニサラダ みそ汁	お茶 牛乳もち
22	水		牛乳 スティックパン	レバーのバーベQソース煮 おかかあえ スープ	ミルク パナナ チーズ
23	木	海の日			
24	金	スポーツの日			
25	土		牛乳 ウエハース	ミートスパゲティー スープ	牛乳 ミニバウム
26	日				
27	月		牛乳 せんべい	カレーライス サラダ 福神漬	牛乳 マドレーヌ
28	火		果汁 クッキー	鱈の照り焼き きんぴらごぼう すまし汁	お茶 チーズじゃが
29	水	避難訓練	牛乳 えびせん	鶏のマーマレード焼き 野菜 みそ汁	ミルク ビスケット
30	木		お茶 もも缶	炒めビーフン ちくわの照煮 すまし汁	牛乳 ジャムサンド
31	金		牛乳 ミニバウム	鯖の竜田揚げ あえもの 豆乳みそ汁	ヨーグルト ミレービスケット
9ヶ月～11か月			12ヶ月～15ヶ月		
歯ぐきでつぶせる固さ。全がゆ～やわらかごはん。 野菜などの食材を細かく刻んでやわらかくなるまで煮込む			歯ぐきで噛める固さ。やわらかごはん～ごはん。 鉄分が不足しやすいので 赤みの魚、レバーなど。 緑黄色野菜を多く。やわらかくなるまで薄味で煮込む		