



7月

園だより



こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年7月1日 土橋保育園

蒸し暑い日が続いていますね。子ども達は、室内や戸外で身体を動かしたり、制作をしたり、水遊びを楽しみに…暑くても笑顔いっぱい楽しく過ごしています。休息や水分を十分に取り、健康管理に気をつけながら、元気に夏を過ごせるといいですね。

《7月の行事予定》

7日(火) 七夕会食
9日(木) 夏の交通安全週間キックオフイベント
(5歳児)

15日(水) ふぉとすてっぴ撮影日(幼児)
16日(木) ふぉとすてっぴ撮影日(乳児)
*月初め 身体測定
*予告なしで防災訓練を行います

《8月の行事予定》

28日(金) 園医検診
*月初め 身体測定
*予告なしで防災訓練を行います



保育目標:げんきな子ども

～あいのままの自分が好き～



今月は保育目標に沿った
2歳児(みかん組)の
エピソードを紹介します

最近のみかん組の流行りは虫探しです。玄関から園庭までの事務室裏の通りでも足元を見ながら、早速「アリいたっ！」と興奮しています。園庭に出ると、すぐに植木や花壇のある虫探しゾーンなので「ダンゴムシさがそー!」「アリさんのおうちみにいこうよ!」と友達や担任を誘って虫探し探検隊が始まります。プランターの下や木の幹など虫がいる場所の見当がついているようで「ここにいるかも!」と探している子もいます。虫に触るのが苦手な子もいますが全員参加しています。捕まえた虫をバケツやコップに入れて、「見て見て～ダンゴムシいたよ～」と頭を突き合わせて見せ合っています。



～手作り遊具の紹介～

手先の遊びにちょうどいいフェルトで作ったボタンホールやマジックテープの遊具です。魚の目の部分が穴になっていて尾びれを通して繋げるタイプと、マジックテープでくっつけるタイプがあります。帯タイプは長くつなげて、ベルトやハチマキにして遊んだりしています。クマとアンパンマンは目の部分がボタンになっています。



7月 ほけんだより

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。日本の夏は高温で多湿。肌のトラブルが増えてくる時期でもあります。熱中症の予防とともに、日頃から肌のケアもしっかりとおきましょう。また寝苦しかったり、食欲が落ちたりして体調を崩しやすくなります。戸外遊びや水遊びなども体力を消耗します。食事や睡眠を十分にとり、元気に過ごせるようにしましょう。

熱中症の予防のため

暑さ指数（WBGT値）とは、気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される暑さの指数です。運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。28（厳重警戒）を超えると、熱中症のリスクが高くなります。園では、暑さ指数計で指数を測定し、暑さ指数が31以上（危険）になると、戸外遊びを控え室内で過ごしています。

暑さを避けましょう

室内では… エアコンや扇風機で温度の調節をし、からだの蓄熱を避けましょう。

外出時には… 日陰を利用し、こまめな休憩をとりましょう。帽子をかぶりましょう。
気温が上昇する天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控えましょう。

こまめに水分補給をしましょう

《熱中症の症状》めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、頭痛、吐き気、おう吐、虚脱感、倦怠感など

◇重症になると… 意識消失、けいれん、からだがあつい、声かけへの反応（返事）がおかしいなど

★日頃からしっかりとごはんを食べて、水分をとり、ゆっくり休息をとって体調を整え、疲れを翌日に残さないようにしましょう。無理をすると熱中症も起こしやすくなります。大人も子どもも元気に夏を過ごしたいですね。

食事



睡眠



休息



早寝・早起

肌トラブルは大丈夫ですか？

夏は、汗をかいたり、虫にさされたりなど肌トラブルが多くなります。おうちではいかがですか？

家ではお風呂に入って汗をしっかりと流しましょう。

お風呂から上がった後、保湿剤をぬったりしましょう。

また、蚊に刺された時は水で洗い流しかゆみ止めを塗りましょう。掻き壊してしまうと感染を起こしてしまったりするので早めに対応しましょう。



自分の爪で自分をきずつけてしまうことも・・・少なくとも週1回は切りましょう



6月の感染症は・・・

①溶連菌感染症にかかったお子さんがいました。症状は発熱、のどの痛み咳など・・・登園許可証が必要な疾患です。診断された時は、すぐに保育園にお知らせください

②新型コロナウイルス感染症にかかったお子さんがいました。症状は、発熱、咳、のどの痛み、鼻水などです。診断されたときは、すぐに保育園にお知らせください。

きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年7月 土橋保育園



旬の食材と献立



○モロヘイヤ

モロヘイヤは、夏が旬の緑黄色野菜です。エジプトなどの中東地域では昔から栄養価の高い野菜として親しまれ、王様の食べ物ともいわれてきました。給食で提供するモロヘイヤのスープは、子どもたちに親しみをもってもらえるよう、「エジプトの王様スープ」という名前をつけました。

食物繊維とβカロテンが豊富で、おなかの調子を調べ、元気な身体づくりに役立ちます。独特の粘りがあり、スープ、和え物、カレーや煮物などに使われます。



献立の紹介



- ミートソース丼（新献立）
トマトのうま味を活かしたミートソースをごはんにかけることで食欲が落ちやすい夏でも食べやすい一品です。お肉のたんぱく質と野菜の栄養を一緒にとることができます。
- 7月1日の市制記念日にちなみ、カラースカラフル寒天を取り入れました。市のブランドメッセージのロゴマークをイメージしています。



★ 7月の行事 七夕 ★

そうめんは大昔から七夕の行事食であり、そうめんのルーツは中国伝来の「^{さくべい}索餅」という小麦粉を縄のように編んだお菓子風の料理だと言われています。索餅をお供えたところ、無病息災で過ごせるようになったという伝説があることや、天の川や織姫の織り糸に見立てて七夕にそうめんを食べられるようになったという説もあります。

保育園でも給食にそうめん、おやつに天の川寒天を提供します。お楽しみに！

第2回三者連携集会

第2回三者連携集会を行いました。

今回は水分補給について話をしました。

水分補給は水や麦茶にし、ジュースや炭酸飲料、スポーツ飲料などはおやつの時にしましょう。

また、夏野菜のきゅうりやトマトには水分が多く含まれています。水分補給にもおすすめの夏野菜です。

ぜひおうちでも食べてみてください！



＜ライフキッチン体験＞

6月にたけのこ組の子どもたちの前で雷汁を作りました。『豆腐を炒める時に「バリバリ」と音がするから雷汁なんだよ』と話し、実際に音を聞き、出汁のいい香りも楽しみました♪

みかん組ではほうれん草とコーンのソテーを子どもたちの前で作りました。子どもたちは「いい匂いがする！」とソテーのいい香りやあざやかな色の見た目を楽しみました♪

