



令和6年7月31日発行
小浜保育園

いよいよ夏本番！祭りや花火、レジャーなど楽しみがいっぱいの季節です。先月は園でのプールあそびが始まり、子どもたちの歓声や楽しそうな声が園中に響きわたっていました。また、20日(土)にはさくら組さんが浅虫へお泊まり保育へ出かけてきました。朝から夜まで盛りだくさんの一日。おうちの方と離れて身支度をしたり、お友達と一緒に温泉に入ったりとたくさんの思い出ができて、成長の大きな一歩となる素敵な経験になりました。夏休みやお盆に入り、ご家族でお出かけすることも多くなると思いますので、事故や怪我などには十分気をつけながら楽しい夏をお過ごしください。



三大夏かせの流行

「手足口病」「ヘルパンギーナ」「咽頭結膜熱(プール熱)」は、夏になると子どもを中心に感染が増え、「子どもの三大夏かせ」と呼ばれることもあります。園内で流行が確認された場合は、玄関の掲示板にてお知らせしますので、ご確認をお願いします。

今月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 体操教室	3
4 休日	5 スイミング教室	6 食育指導	7 身体測定 ねぶた見学	8 身体測定	9 身体測定	10
11 山の日	12 振替休日	13 異年齢児保育	14 異年齢児保育	15	16	17
18 休日	19 身体測定	20 身体測定	21 身体測定	22	23 プール納め	24 布団持ち帰り
25 休日	26	27 お誕生会	28	29	30 避難訓練 (火事)	31 布団持ち帰り

・以前もお知らせしておりますが、9月に予定していた運動会は10月5日(土)に変更となりましたので、よろしくお願いたします。

嫌いな野菜はこうしてみよう

子どもは、野菜の形や色などの見た目で「嫌だ」と思い込んでしまうことがあるようです。それを無理に食べさせるのは逆効果。そこで、嫌いな野菜に触れる機会を作ってみましょう。子どもはお風呂におもちゃを入れることが大好きなように、触ったり水で洗っているうちに、たとえ嫌いな野菜でも徐々に愛着がわいてくるものです。また、嫌いな野菜を子ども自身が型抜きして、シチューやカレーに入れるのもよい方法です。まずは、「嫌だ」と思う気持ちを取り除いてあげることから始めましょう。

親子で作る！夏野菜カレー

子どもができるお手伝いをたくさんみつつけよう！



主な材料・4人分

【カレー】(市販のルーを使用)

豚肉角切り... 300g

かぼちゃ... 1/2個

玉ねぎ... 2個

なす... 2個

ピーマン... 2個

トマト... 2個



【子どもの作業 ここがポイント！】

・材料の野菜を確認しよう。名前もおぼえられるよ。

・野菜を洗い、型抜きしたり好きな大きさに切る。

・玉ねぎの皮をむき、水洗いする。

・かぼちゃの種をスプーンで取る。

・ピーマンの種を指で取る。

・切った野菜をバットやザルに入れる。

・カレーを煮ているときに、時々かき混ぜる。やけどに注意！

・カレーの味見をする。

・一緒に食卓に配膳する。



◎つくる時のポイント

・肉をさっと炒めて煮ますが、途中で「アクを取るとおいしくなるよ」と話しかけましょう。

・野菜はかぼちゃ、玉ねぎ、トマトを煮て、少したったらなすを入れる。ピーマンはルーを入れて溶けた後に入れる。「おいしくなるコッだよ」と話しましょう。

◎食べるとき・食べた後

・「今日のごはんは誰が作ったのかな？」「とてもおいしいね」など、カレー作りの会話を！

・使った野菜を子どもに紹介してもらい、みんなで味わう。後片付けは全員で。



熱中症予防 水分はどんな物がよい？

乳幼児の体の水分の割合は、体重の70～80%とされています。上がった体温を汗をかくことで下げているため、こまめな水分補給が必要になります。子どもたちに一番適している飲み物は、水または麦茶です。イオン飲料は、塩分の取りすぎになることもあるので気をつけましょう。また、ジュースは糖分が多くて満腹感もあるため、食事が食べられなくなる原因にもつながります。上手な水分補給で、熱中症を予防しましょう。

