

忍岡こども園だより

第78号 令和6年度 8月

社会福祉法人東京児童協会 忍岡こども園

〒110-0008 東京都台東区池之端 2-1-22

TEL:03-5809-0394 FAX:03-5809-0395

～ONE ROOF～

「大きなおうち」を受け継ぎながら、子ども達も職員も地域の皆さんも、みんながひとつ屋根の下で笑い、ひとつになり、そして成長して、未来を作り出す力を育んでいこうという思いを込めています。



連日猛暑が続き厳しい暑さを実感しております。酷暑の中、子ども達は元気に過ごしておりますが、疲労が溜まっていく時期でもあります。この時期に、夜更かしや暴飲暴食などにより生活リズムが狂い、夏の感染症や室内での熱中症などにかかりやすくなってしまいます。「早寝早起き朝ごはん」で体調のバランスを整えましょう。また、水の事故や怪我が増える時期でもあります。十分に気を付け、楽しい夏を過ごしてください。

先日の夏祭り会では夏らしい服装でお祭りを存分に楽しんでおりました。自分たちでつくる夏祭りに感動も一層大きかったことと思います。

いよいよパリオリンピックが開幕しました。連日の日本選手団の活躍に感動を覚えます。オリンピックの大半は様々な経験をきっかけに各種目に出会ったことと思います。我々も子ども達にたくさんの経験を通し、成長において何らかのきっかけになれるよう更なる教育保育の充実を図っていきたいと思います。

【夏季の活動について】

梅雨入り前まで行っていた屋外活動ですが、夏の暑い日差しや気温は、身長が低く体力の少ない子ども達にとって大変危険です。引き続きこども園では、環境省が作成する暑さ指数 WBGT で「危険」以上に達した場合は水遊びを伴う活動以外、屋外活動は中止しております。指数によれば、この時期よほど気温の低い日以外ではおおそ水遊びを伴わない屋外活動はできない状況となります。子ども達の安全及び健康を考慮し活動していきますので、どうぞご理解ご協力お願いいたします。

【引取り訓練について】

こども園では毎年、大規模災害を想定した引取り訓練を実施しています。今年度は9月2日(月)に行います。今年も各地で地震や豪雨の被害が出ています。災害はいつ起こるか分かりません。この機会を通し安全かつ速やかな避難ができるよう、行政発行の災害マップや帰宅ルート、避難場所、家族での連絡手段の確認等行ってみたいかがでしょうか。また、収納してある非常食の消費期限が切れていることも想定されます。併せて確認などされると良いかと思えます。

◎重要なお知らせ

開園当初より駐輪場の設置がなく、皆様には大変ご不便をおかけしていたところですが、この度地域の方や忍岡小学校様のご理解とご厚意により、送迎時のみではありますが忍岡小学校の敷地を駐輪場所として使用させていただけることとなりました。当園としましてはご厚意に反しないよう、ルールを設定したうえで登録制とさせていただきます。利用の際はルールを順守していただき、継続的に利用ができますようご理解ご協力をお願いいたします。申請用紙を用意しておりますので職員までお申し付けください。

園長 金澤 信仁



8月のうた



今月の歌： アイスクリームのうた やぎさんゆうびん おばけなんてないさ
アイアイ うみ シャンボン玉、とまと
伝統遊戯： 水あそび うみ



8月の目標



あひる組

- ・夏の暑さに負けず、健康に過ごせるようにする。
- ・沐浴や水遊び等を通して、心地よい感触を楽しむ。

うさぎ組

- ・十分な水分や休息を取りながら、夏を快適に過ごせるようにする。
- ・食事や着脱等の身のまわりのことを、保育士等と一緒に自分でしてみようとする

ひよこ組

- ・休息を十分に取り、夏を快適に過ごせるようにする。
- ・食事・排泄・着脱などの身の周りの事を、自分から行おうとする。

はな組

- ・生活していく中で見通しを持ち、身の回りのことを進んで行おうとする。
- ・夏ならではの遊びや自然への興味関心を広げ、体全体で表現を楽しむ。

ほし組

- ・夏の生活の仕方を知り、自ら水分補給を行えるようにする。
- ・水遊びやプール活動等、夏ならではの遊びを思う存分に楽しむ。
- ・生活や遊びの中でルールや約束を守りながら友だちと仲良く過ごす。

つき組

- ・暑さによる心身の疲れを癒し、快適に過ごせるようにする。
- ・友だちとの関わりを深める中で、協力してひとつのことに取り組むことの大切さを知る。





前月のフォト広場

ホームページでの公開は差し控えさせていただきます。

毎日暑い日が続きましたが、プール活動や感触遊びなど夏ならではの活動を楽しんでいます。
夏祭りでは幼児クラスを中心に準備を進めていき、楽しい一日を過ごすことができました。

ホームページでの公開は差し控えさせていただきます。



今後の予定



8月

9月

6日(火)	身体測定 ※13日から変更になっています	2日(月)	2学期始業式(幼児クラス) 引き取り訓練 ※保護者参加
16日(金)	異文化交流①(幼児クラス)	6日(金)	プール納め(幼児クラス)
20日(火)	0歳児健診	10日(火)	身体測定
21日(水)	避難訓練	17日(火)	0歳児健診
22日(木)	誕生会	18日(水)	避難訓練
29日(木)	異文化交流②(幼児クラス)	19日(木)	誕生会
30日(金)	スポーツプロジェクト		

※9月のスポーツプロジェクトや異文化交流は決まり次第ご連絡いたします。



お知らせとお願い



《定期的な頭囲・胸囲の測定について》

これまで年2回実施していた頭囲・胸囲の測定ですが、この度厚労省より、正確な測定が不可能で定期的な測定は必要ないとの判断の通知がありました。これを受け、当法人でも実施しない事となりました。

11月より実施を取りやめます。成長の過程で必要な際には実施いたしますので、お気づきの点などございましたらお声掛けください。

《子どもの持ち物について》

先日ピンバッチによる怪我が発生しました。リュックや帽子などピンバッチをつけての登園はおやめください。なお缶バッチにつきましては、ご家庭で装着状況を確認し落ちないように配慮してください。また誤飲を防ぐため、スパンコールのついた服やビーズの入った髪留めなども避けてください。ご協力よろしくお願い致します

《臨時クラス担当編成》

1歳児クラス担当の飯田ですが、加療の為8月よりしばらく療養期間となります。
1歳児クラスは2歳児クラス担当の最上谷が臨時で入り、保育を整えて参ります。子ども達にとって安心・安全な保育に務めて参りますので、ご理解のほどお願い致します。

《感染症について》

園児だけでなくご兄弟が指定感染症に罹患された場合、感染拡大防止の為、家庭保育のご協力をお願い致します。

《お仕事体験～小さな保育士さん～》

7月29日～8月16日まで、小学校3年生までの卒園児が、小さな保育士さんとして子ども達と関わります。職員一同もしっかりと支援して参りますので、あたたかい目で見守って頂けると幸いです。よろしくお願い致します。

《幼稚園機能の皆様》

8月の幼稚園機能の登園日は以下の通りです。

- ・22日(木)誕生会
- ・30日(金)スポーツプロジェクト(つきぐみのみ)

※夏休み中の登園日に関しては9:00～14:00までは預かり保育料はかかりません。



《駐輪場に関して》

以前よりたくさんのご要望がございました駐輪場ですが、忍岡小学校及び地域のご理解ご支援をうけ、小学校を送迎時駐輪場としてお借りすることになりました。申請のうえ許可登録が必要となります。申請用紙がありますので利用希望の場合は職員までお申し付けください。ルールを守り、安全に未永く利用できるよう、ご理解ご協力の程お願い申し上げます。



< ほけんだより 8月 >

気温がぐんぐんと高くなり、心弾む夏がやってきました。子どもは体温調節機能が未熟で、大人よりも暑さの影響を受けやすいので注意が必要です。元気そうに見えても身体は疲れていることもあるので、体調の変化に気をつけて、休息を心掛けるようにしてください。

7月はやはり目や新型コロナウイルス感染症の感染者がみられました。夏休みでお出かけされる方も多いかと思われます。新型コロナウイルス感染者数も増加傾向にありますので、体調の変化には十分に気を付けていただき、夏を思い切り楽しんでください。

暑い夏を乗り切るポイント

① 水分補給

大量に汗をかくと脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。暑い日には、知らず知らずのうちにじわじわと汗をかいていますので、活動強度にかかわらず、のどが渇く前のこまめな水分補給を心掛けましょう。



② 室温管理

外は猛烈な暑さで、室内は冷えすぎてしまうと体温調節が難しくなってしまいます。そのため、室温設定 27～28℃を目安にエアコンを上手に使いましょう。また、エアコンの風に直接あたらないようにすることも大切です。



③ 皮膚のケア

夏はたくさん汗をかくので様々な肌トラブルが起こりやすく、なかでもあせもが多い時期です。皮膚のトラブルを悪化させないためにも以下のポイントや毎日のケアが大切です。

- ・薄着にする・吸湿性の良い肌着を着る
- ・汗をかいたら着替える、タオルで拭く、シャワーで流すなどして肌を清潔に保つ



7月の健康教育

今年の夏も気温の上昇が激しく、体力を奪うほどの暑い日が続いています。7月の健康教育は「熱中症」についてのお話をしました。年長児の中で「はたらく細胞」というアニメに興味を抱く子どもが多く見られたため、今回は「はたらく細胞・熱中症」の動画をほし組・つき組のみんなで鑑賞しました。10分弱の動画の中では、暑さで身体の水分や塩分が奪われるとどんな変化が起きるのが描かれていて、子ども達の表情は真剣で「こわい」と言っている子もいました。

動画鑑賞の後は、熱中症に関するクイズ大会をしました。熱中症にならないようにするためには、水分をこまめにとること。三食しっかり食べる事で塩分もしっかり補給すること。しっかり睡眠をとること。日頃から汗をかくことの大切さも学んでいきました。

健康教育を行った翌日には「朝ごはんちゃんと食べてきたよ!」「昨日味噌汁飲んだよ!」と報告をしてくれる子もいて、幼児さん自身熱中症に注意し、少しでも自分で意識して行動できるように今後も声掛けしていきたいと思えます。

ホームページでの公開は差し控えさせていただきます。

食育だより



先月の食育の様子



先日は、テーマ野菜【とうもろこし】の話をしています。とうもろこしの種類や花当てクイズ、美味しいとうもろこしの見分け方など様々なお話をした所、多くの子ども達が興味持ち、真剣に話を聞いていました。また、はな組さんには【とうもろこしの皮むき】を行いました。カいっばい皮を剥き、匂いや感触を楽しんでいました。調理室の前に皮むきの様子を写真で展示していますので、ぜひご覧ください。

ホームページでの公開は差し控えさせていただきます。



8月献立について



夏場は汗をかく事でビタミンB1 やビタミンC が失われ不足しがちです。園では、ビタミンB1 やビタミンC を多く含む豚肉や玉葱、トマトなどを使用した献立を提供し暑い夏にも負けない身体づくりができるような工夫もしています。夏の暑さで食欲が落ち、体が疲れやすくなる時期ですが、胃に負担がかからない消化の良い物をバランスよく摂りましょう。

季節のおすすめレシピ

【鶏肉と茄子のみぞれ煮】



〈材料〉 4人分

- ・鶏もも肉 240g
- ・片栗粉 大さじ1~2
- ・サラダ油 30g
- ・茄子 1本
- ・人参 1/2本
- ・大根 5cm
- ・オクラ 4本
- ・だし汁 150cc
- ・醤油 大さじ1
- ★・酒 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・上白糖 小さじ1

〈作り方〉

- ①人参と茄子は乱切りにカットし、大根はすりおろしておく。オクラは下茹でし、食べやすい大きさに切る。
- ②鶏肉に片栗粉をまぶし油で揚げるとしくは、揚げ焼きにする。
- ③人参を★の調味液で煮る。
- ④茄子を加え、油をきった②を入れ煮る。
- ⑤大根おろしを加えて煮る。
- ⑥器に盛り付け、オクラを添えて完成。



8月31日

～野菜の日～



8(や)3(さ)1(い)の語呂合わせから「野菜の日」とされています。

トマトやきゅうり、オクラといった夏野菜は水分カリウムを多く含み、身体を冷やしてくれる働きがあるので夏バテ予防にぴったりです。

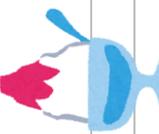
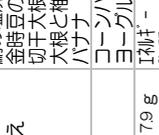
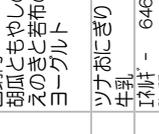
野菜に触れてみよう



茄子は夏と秋に旬を迎えます。夏茄子は皮に厚みがあり、果肉も多く硬くなります。秋茄子の皮は薄く水分を含み柔らかいのが特徴です。同じ野菜でも食感に違いがあります。料理に使っている野菜を子どもたちと一緒に洗い、触感や匂いなどの違いを楽しんでみてはいかがでしょうか。

目標：モリモリ食べよう
テーマ野菜【トマト】

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の園食とおやつのカロリーです。
乳児は8割で計算しています。これは、目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※1日の幼児園食おやつのカロリー基準：546kcal

月	火	水	木	金	土	日	
園食	 ご飯 鶏肉のマーメレードソース焼き 白雪サラダ 白雪サラダ 小松菜とえのきの味噌汁 オレソシ 夏野菜ピザ 牛乳 I111 - 524 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 21.1 g 炭水化物 66.0 g 12	 ご飯 ひじき入りコロック ほうれん草としめじのお浸し 厚揚げとえのきの味噌汁 すいか 焼きとうもろこし 麦茶 I111 - 487 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 7.3 g 炭水化物 97.5 g 14	 ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鯖の塩焼き 金時豆の甘露煮 切干大根の煮物 大根と椎茸の味噌汁 バナナ ヨーグルトドリンク I111 - 486 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 11.1 g 炭水化物 89.8 g 9	ご飯 鶏しゃが 胡瓜とキャベツのゆかり和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト 塩昆布おにぎり 牛乳 I111 - 505 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 10.9 g 炭水化物 86.4 g 17	ご飯 鶏しゃが 胡瓜とキャベツのゆかり和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト 塩昆布おにぎり 牛乳 I111 - 505 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 10.9 g 炭水化物 86.4 g 17	ご飯 鶏しゃが 胡瓜とキャベツのゆかり和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト 塩昆布おにぎり 牛乳 I111 - 505 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 10.9 g 炭水化物 86.4 g 17
園食	 ご飯 雑穀ご飯 鶏の大葉フライ ちくわと若布の酢の物 茄子と油揚げの味噌汁 ヨーグルト シユカラスク 牛乳 I111 - 502 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 69.0 g 20 身体測定	野菜たっぷり焼うどん 小松菜としめじのお浸し オクラとなめこの味噌汁 すいか 焼きおにぎり 小魚 麦茶 I111 - 421 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 8.4 g 炭水化物 71.8 g 21	雑穀ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8
園食	 ご飯 雑穀ご飯 鶏の大葉フライ ちくわと若布の酢の物 茄子と油揚げの味噌汁 ヨーグルト シユカラスク 牛乳 I111 - 502 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 69.0 g 20 O歳居健診・テーマ野菜の日	野菜たっぷり焼うどん 小松菜としめじのお浸し オクラとなめこの味噌汁 すいか 焼きおにぎり 小魚 麦茶 I111 - 421 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 8.4 g 炭水化物 71.8 g 21	雑穀ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8
園食	 ご飯 雑穀ご飯 鶏の大葉フライ ちくわと若布の酢の物 茄子と油揚げの味噌汁 ヨーグルト シユカラスク 牛乳 I111 - 502 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 69.0 g 20 誕生日会	野菜たっぷり焼うどん 小松菜としめじのお浸し オクラとなめこの味噌汁 すいか 焼きおにぎり 小魚 麦茶 I111 - 421 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 8.4 g 炭水化物 71.8 g 21	雑穀ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8
園食	 ご飯 雑穀ご飯 鶏の大葉フライ ちくわと若布の酢の物 茄子と油揚げの味噌汁 ヨーグルト シユカラスク 牛乳 I111 - 502 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 69.0 g 20	野菜たっぷり焼うどん 小松菜としめじのお浸し オクラとなめこの味噌汁 すいか 焼きおにぎり 小魚 麦茶 I111 - 421 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 8.4 g 炭水化物 71.8 g 21	雑穀ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 フロッコリーとツナのおかかか えのきと長葱のすまし汁 メロン ジャーマンポテト 牛乳 I111 - 460 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 18.9 g 炭水化物 60.0 g 8