

行事予定・病後児保育利用日については、girasol保育園公式LINEにてご確認ください。
なお、クラスの行事予定については、各クラスLINEの行事予定をご確認ください。

令和 4年 7月 girasolだより



厳しい日差しや、暑さを感じる日も多くなってきましたね。梅雨が明けるといよいよ夏も本番を迎えます！ 水の心地よさや、泥んこの感触も楽しみながら、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。体力の消耗の激しい時期です。元気そうに見えても体は意外と疲れています。疲れた日は早く寝るなどして普段から免疫力を高めて予防しましょう。その他も、体調の変化には十分に気を付けて過ごしていきましょう。



6月の子どもたちの様子

砂場やボールで遊んだよ♪

歯磨きの練習！いちに、いちに！

7月7日は七夕です

七夕（たなばた）といえば、1年に1度だけ織姫と彦星が会える日として子どもたちにも知られています。ご家庭でもお子さんと一緒にお祈りを書いたり、折り紙で七夕飾りを作って、飾ってみてくださいね☆

夏野菜を育てています

園庭横にある花壇にて夏野菜を育てています。ピーマン、キュウリ、なす、みんな大きく育ちますように、、、★



ひかり組

いよいよ夏本番です。暑さのピークを迎える時期ですね。新型コロナウイルスだけでなく、この時期特有の感染症や熱中症対策など子どもたちの健康管理、安全対策には十分気を付けていきたいと思います。水分補給を十分にしたり、休息も取りゆっくり過ごしていきたいと思います。また今月は水遊びが始まります。無理なく水の感触を楽しみ、親しみがもてるようにしていきたいと思いますので、ご家庭でも体調管理を十分をお願いします。

ほし組

梅雨の合間の晴れた日には、園庭に行き思いきり外遊びを楽しんでいます。夏が近づき、今月より水遊びも始まります。気温も高くなってくるので、水分補給や休息の時間をしっかりと設けながら楽しく過ごしていきたいと思います。靴や靴下を履こうとしたり、スプーンを使ってご飯を食べたりと、日々様々な場面で色々な成長を見せてくれる子どもたち。自分でやってみようとする気持ちを大切にしながら一緒にいき、「できた!!」を増やしていきたいと思います。

つき組

梅雨に入りましたが、晴れの日もあり、水たまりに足をつけてみたり、続々と出てくるダンゴムシさんやアリさんなどの虫に興味津々の子ども達です。暑くなってきているので、水分補給をたっぷり行いながら、個々の体調に合わせて活動を楽しみたいと思います。また、少しずつルールのある遊びにも挑戦し、繰り返し楽しむ中で、ゲーム内容を理解したり、お友達と一緒に楽しむことのうれしさにも気付いていってほしいと思います。トイレトレーニングも頑張っています。子ども達の意欲を引き出していきながら、「できた!」気持ちに共感したいと思います。

そら組

暑さも日々増していき本格的な夏の季節もすぐそこまで来ている様です。天気のいい日には園庭へ出ると真っ先に野菜の様子を見に行く子どもたち。少しずつ大きくなる野菜に触れ、収穫する日を心待ちにしていますよ。今月からは楽しみにしている水遊びが始まり、泥遊びや色水遊びも予定しています。お洗濯でお時間をかけてしまいますが、子どもたちに様々な体験をしてもらう活動ですのでどうぞご理解、ご協力の程、よろしくお願い致します。

たいよう組

梅雨の晴れ間は、外に出て体を動かすことを楽しむ子ども達。水分補給や休憩の時間も、自分達で進んでできるようになってきました。少しずつ運動会の練習を始め、鉄棒・縄跳び・フラッグに挑戦しています。「憧れのにじ組さんのかっこよくなりた!」「保護者様に見てもらう!」と張り切っています。楽しみながらも少しずつできることを増やしていきたいと思います。マスクのご用意ありがとうございます。熱中症に気を付けながら引き続き、着用していきますので、名前の記入・ご準備をよろしくお願い致します。

にじ組

クッキングでは、ワッフルを作り「美味しい!」と大好評でした!「また作りたい」と話すお友だちもいましたよ~♪お家でもぜひ作ってみてくださいね。運動会に向けての練習が始まりました!!体操教室や遊戯など楽しんで、時にはびっしとした気持ちで取り組めるようにしていきたいです。また、みんなが楽しみにしている水遊びが始まります。ルールを伝えていき、ルールを守ってみんなで楽しく活動に取り組めるように工夫をしていきたいです。なお、毎日のカードの記入、準備物や爪切りのご協力をお願いします。

保健だより

夏に多い感染症

咽頭結膜熱(プール熱)

症状:発熱・咽頭炎・結膜炎
原因:アデノウイルス
潜伏期間:5~7日
医師記載の意見書要

ヘルパンギーナ

症状:発熱・口腔粘膜に水泡
原因:エンテロウイルス
潜伏期間:2~4日
保護者記載の登園届要

手足口病

症状:手足口陰部に水泡状の発疹・微熱
原因:エンテロウイルス
潜伏期間:3~5日
保護者記載の登園届要

熱中症



WHY:なぜ熱中症になるの?

体内の熱は、通常、血液に乗って体表面の血管に運ばれ冷やされます。しかし、暑すぎたり、水分を失い血液そのものが足りなくなったりする(脱水)とうまく熱を放散できず熱中症になってしまいます。

WHEN:いつなりやすい?

気温や湿度が高い日はもちろん、風が弱い日などもなりやすいです。

WHERE:どこでなりやすい?

屋外や体育館、家庭の浴室でもなりうります。

WHO:誰がなりやすいの?

乳幼児や高齢者、脱水気味や体調不良の人はなりやすいです。

HOW:何している時?

激しい運動や屋外作業、慣れない運動をしている時など。

こまめな休憩
水分補給を!



いずれの場合もウイルスは2~3週間、便から排泄されるため、オムツ交換やトイレ介助の際には注意が必要です。

★ ★ ★ 7月献立表 ★ ★ ★

幼児食							
	7月1日(金)	7月2日(土)	7月3日(日)	7月4日(月)	7月5日(火)	7月6日(水)	7月7日(木)
10時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 米粉ロールクッキー	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 スティックきゅうり
昼食	玄米入りご飯 アジフライ グリーンサラダ さつまいもの味噌汁	ごましおおにぎり 冷やし中華 じゃがいものソテー	ビビンバ丼 バナナ	玄米入りご飯 飯たらと小松菜あんかけ にんじんとツナのサラダ 豆腐の味噌汁	玄米入りご飯 豚肉と夏野菜の甘辛酢 かぼちゃの甘煮 わかめの味噌汁	玄米入りご飯 鶏肉のパン粉焼き きゅうりのサラダ さといもの味噌汁	玄米入りご飯 鶏のからあげ ブロッコリーサラダ きのこのスープ
15時	アイスココア ばりばり野菜チップス	麦茶 オレンジゼリー	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 枝豆ゆかりおにぎり	麦茶 さつまいもボール	麦茶 すいか	麦茶 七夕ゼリー
栄養成分	エネルギー(kcal) 374 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 9.5 g 炭水化物 55.6 g 食塩相当量 1.4 g	314 kcal 11.3 g 5.1 g 54.8 g 1.4 g	402 kcal 14.1 g 11.9 g 54.4 g 1.2 g	386 kcal 17.6 g 14.1 g 52.5 g 1.5 g	439 kcal 17.1 g 11.9 g 65.9 g 1.5 g	390 kcal 22.9 g 8.2 g 46.1 g 1.3 g	311 kcal 15.6 g 8.2 g 46.2 g 0.8 g
	7月8日(金)	7月9日(土)	7月10日(日)	7月11日(月)	7月12日(火)	7月13日(水)	7月14日(木)
10時	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 スティックきゅうり	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	豆乳 玄米ボン菓子
昼食	玄米入りご飯 ぶりの塩焼き 納豆サラダ かぼちゃの味噌汁	マーボー豆腐丼 中華スープ	五目あんかけチャーハン パイナップル	玄米入りご飯 さばのみそ煮 もやしの酢の物 とうふのすまし汁	玄米入りご飯 魚の南蛮酢 ほうれん草の白和え わかめの味噌汁	チキンカレー ツナサラダ	玄米入りご飯 豚肉のねぎ塩炒め トマトのボン酢和え 玉葱の味噌汁
15時	麦茶 いちごスティックケーキ	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 芋けんぴ	麦茶 じゃがいももち	豆乳 メロン	麦茶 米粉のピザ	麦茶 焼きそば
栄養成分	エネルギー(kcal) 408 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.0 g 炭水化物 48.6 g 食塩相当量 1.2 g	300 kcal 11.0 g 9.7 g 41.8 g 0.7 g	304 kcal 5.1 g 9.4 g 50.1 g 0.3 g	305 kcal 14.3 g 9.0 g 40.7 g 1.4 g	485 kcal 24.3 g 15.1 g 63.6 g 1.5 g	322 kcal 11.1 g 8.6 g 49.6 g 1.4 g	408 kcal 21.5 g 9.7 g 58.0 g 2.0 g
	7月15日(金)	7月16日(土)	7月17日(日)	7月18日(月)	7月19日(火)	7月20日(水)	7月21日(木)
10時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 スティックきゅうり
昼食	玄米入りご飯 じゃがいものうま煮 きゅうりのレモン和え なすともやしの味噌汁	ごましおおにぎり 冷やし中華 じゃがいものソテー	ビビンバ丼 バナナ	中華丼 わかめの味噌汁 オレンジ	玄米入りご飯 豚肉と夏野菜の甘辛酢 かぼちゃの甘煮 わかめの味噌汁	カレーライス わかめともやしのサラダ	玄米入りご飯 鶏のからあげ ブロッコリーサラダ きのこのスープ
15時	アイスココア ばりばり野菜チップス	麦茶 オレンジゼリー	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 豆乳プリン	麦茶 さつまいもボール	麦茶 すいか	豆乳 パイナップル
栄養成分	エネルギー(kcal) 347 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 8.3 g 炭水化物 55.1 g 食塩相当量 1.6 g	342 kcal 11.8 g 5.2 g 60.8 g 1.4 g	402 kcal 14.1 g 14.1 g 54.4 g 1.6 g	397 kcal 16.3 g 6.9 g 66.9 g 1.1 g	439 kcal 17.1 g 11.9 g 65.9 g 1.5 g	406 kcal 9.8 g 10.0 g 70.0 g 1.3 g	381 kcal 20.0 g 12.5 g 48.9 g 0.8 g
	7月22日(金)	7月23日(土)	7月24日(日)	7月25日(月)	7月26日(火)	7月27日(水)	7月28日(木)
10時	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 ソフトな小魚せんべい	豆乳 玄米ボン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉ロールクッキー
昼食	玄米入りご飯 さごしのかば焼き丼 わかめの酢の物 呉汁	玄米入りご飯 マーボー豆腐丼 中華スープ	五目あんかけチャーハン パイナップル	玄米入りご飯 まめタコライス ポテトフライ オニオンスープ 日向夏ゼリー	玄米入りご飯 魚の南蛮酢 ほうれん草の白和え わかめの味噌汁	玄米入りご飯 冷やし汁 かぼちゃの素揚げ	玄米入りご飯 豚肉のねぎ塩炒め トマトのボン酢和え 玉葱の味噌汁
15時	麦茶 バナナ ソフトな小魚せんべい	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 芋けんぴ	麦茶 お米のガトーショコラ	豆乳 メロン	麦茶 ツナマヨおにぎり	麦茶 じゃがいももち
栄養成分	エネルギー(kcal) 412 kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 11.1 g 炭水化物 60.4 g 食塩相当量 1.4 g	300 kcal 11.0 g 9.7 g 41.8 g 0.7 g	304 kcal 5.1 g 9.4 g 50.1 g 0.3 g	488 kcal 13.0 g 17.6 g 69.6 g 0.9 g	485 kcal 24.3 g 15.1 g 63.6 g 1.5 g	406 kcal 16.2 g 11.6 g 57.4 g 1.7 g	285 kcal 13.9 g 5.1 g 45.7 g 1.4 g
	7月29日(金)	7月30日(土)	7月31日(日)	※灰色で記載しているものは卵・乳・小麦を使用しています。			
10時	麦茶 スティックきゅうり	麦茶 米粉ロールクッキー	豆乳 玄米ボン菓子				
昼食	玄米入りご飯 じゃがいものうま煮 きゅうりのレモン和え なすともやしの味噌汁	ごましおおにぎり 冷やし中華 じゃがいものソテー	玄米入りご飯 ビビンバ丼 バナナ				
15時	麦茶 枝豆ゆかりおにぎり	麦茶 オレンジゼリー	麦茶 米粉カップケーキ				
栄養成分	エネルギー(kcal) 341 kcal たんぱく質 13.5 g 脂質 6.0 g 炭水化物 57.5 g 食塩相当量 1.8 g	371 kcal 12.4 g 5.4 g 66.9 g 1.4 g	402 kcal 14.1 g 14.1 g 54.4 g 1.6 g				



【給食の行事予定】
7月13日 ピザ作り
7月25日 お誕生会
7月27日 冷やし汁作り



7月献立表

離乳食後期							
	7月1日(金)	7月2日(土)	7月3日(日)	7月4日(月)	7月5日(火)	7月6日(水)	7月7日(木)
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥90g たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ	5倍粥90g 豆腐のきゅうりあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ
栄養成分	エネルギー(kcal) 250 kcal たんぱく質 8.1 g 脂質 0.6 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	225 kcal 11.9 g 0.8 g 42.3 g 0.5 g	193 kcal 7.7 g 0.5 g 39.6 g 0.5 g	213 kcal 11.7 g 0.7 g 39.6 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g
	7月8日(金)	7月9日(土)	7月10日(日)	7月11日(月)	7月12日(火)	7月13日(水)	7月14日(木)
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥90g ささ身のあんかけ さつま煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのきゅうりあん じゃが芋の煮物 野菜スープ	5倍粥90g 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
栄養成分	エネルギー(kcal) 270 kcal たんぱく質 12.0 g 脂質 0.8 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	253 kcal 12.4 g 0.8 g 48.9 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	211 kcal 5.3 g 2.1 g 42.9 g 0.5 g
	7月15日(金)	7月16日(土)	7月17日(日)	7月18日(月)	7月19日(火)	7月20日(水)	7月21日(木)
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥90g ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g 豆腐のあんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのきゅうりあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ
栄養成分	エネルギー(kcal) 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g	218 kcal 7.7 g 0.5 g 45.6 g 0.5 g	230 kcal 7.7 g 0.5 g 48.3 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	207 kcal 5.3 g 2.1 g 42.0 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g
	7月22日(金)	7月23日(土)	7月24日(日)	7月25日(月)	7月26日(火)	7月27日(水)	7月28日(木)
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
昼食	5倍粥90g ささ身のあんかけ さつま煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	5倍粥90g ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	5倍粥90g たららのきゅうりあん じゃが芋の煮物 野菜スープ	5倍粥90g 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ
15時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい
栄養成分	エネルギー(kcal) 238 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 0.7 g 炭水化物 45.6 g 食塩相当量 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	253 kcal 12.4 g 0.8 g 48.9 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	211 kcal 5.3 g 2.1 g 42.9 g 0.5 g
	7月29日(金)	7月30日(土)	7月31日(日)	7月は文月(ふみつき)です。略して「ふづき」とも言います。 中国では歳月と言って歳を送る月という意味があるそうです。			
10時	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ				
昼食	5倍粥90g ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ	5倍粥90g たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ	5倍粥90g たららのきゅうりあん じゃが芋の煮物 野菜スープ				
15時	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい				
栄養成分	エネルギー(kcal) 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g	218 kcal 7.7 g 0.5 g 45.6 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g				

