８月のえんだより

なかすじようじえん

青い空にサンサンと照り付ける太陽の方を向いて、一斉にヒマワリが咲きました。綾部高等学校の生徒さんから頂いたヒマワリの苗が、ぐんぐんおおきくなり、子ども達の背丈を少し上回りました。
背伸びをしながら花を見る姿がかわいいです。

さて、おうちの方に準備して頂き、水あそびやプール遊びを存分に楽しむ子どもたち。水の心地よさを感じながら、夏ならではの体験をしていきたいと思います。

今月は園で「ほいくまつり」を予定していて、子ども達は準備や話をしながら楽しみしています。地域でも祭りやイベントがあったり、ご家庭でも予定の詰まった月かと思います。お盆休み中のお出かけが多くなりますが、人が多く集まる所では怪我や事故が起こりやすくなりますので十分気をつけ、夏の楽しい思い出を作ってほしいです。

行 事 予 定

６日(木)ほいくまつり　おにぎり弁当
１２日(水)
１３日(木)　希望登園(7:30～17:00)
１４日(金)
２１日(金)絵本貸し出し
２４日(月)避難訓練
２５日(火)綾中ブロック研究集会（公開保育）
　　集金日
２６日(水)誕生会

９月の主な行事

４日(金)５歳児和太鼓披露会 15:30～
１１日(金)祖父母参観日

6日の『ほいくまつり』に向けて、5歳児があそびのコーナーを考え準備中です。保育室を覗くと、りんごあめ、チョコバナナ、 アイスクリーム…と美味しそうな製作物がいっぱい。 どんなコーナーになるのか楽しみです。当日は役員さんにもお世話になり、一緒におまつりを盛り上げて頂きます。4歳児以下の子ども達も、お祭りを彩る装飾を作って廊下に飾っていますので見て下さいね。

梅干し作り続報！

６月に収穫し、塩と赤シソを入れて梅干し作りに挑戦。土用の丑の日に天日干しをすると、更においしくなると教わり、やってみました！熱い太陽の日差しを受けて、もっともっとおいしくなりますように･･･。いよいよ最後の仕上げです！

樽につけた梅干を取り出して、大きなザルにあげました。

シソはぎゅーっと絞って干すんやってちょっと難しい💦

すこしだけ味見を…酸っぱいかな

大きな梅の実がキレイな赤色に染まっていました。出来上がりが楽しみです。

市民プール、広くて最高！

まずは、足から入って･･･

先生の背中でらくらく～きもちいいね～

しぶきが冷た～い！おもしろ～い！

始めは、プールの大きさに驚いて、緊張しながら、足をつけていた子もいましたが、肩まで入ってみて気持ち良さが分かると顔をつけたり、よつんばいになって遊ぶ姿がありました。

あたらしいおともだち、よろしくね！

７/２１～りす組に１名
８/１～ひよこ組とあひる組に１名ずつ
お友だちが増え、喜んでいます。
全園児で１３５名になりました。

おねがい

入園のしおりで、お伝えしていました通り、通園時も、クロックスやサンダルではなく、活動しやすい運動靴を履いてきて下さい。置き靴が無かったり、濡れてしまった時など通園靴を履いて遊ぶことがあります。

8月のこんだてひょう

中筋幼児園

日（曜日）	おやつ 乳児	きゅうしょく	ざいりょう き	ざいりょう あか	ざいりょう みどり	おやつ 乳児・幼児
1（土）		きぼうとうえん				
3（月）	クッキー	あじのレモンあまず みそしる　もやしサラダ	片栗粉	みそ		あまなつ
4（火）	せんべい	れいめん きりぼしに　あじつけのり	めん	ハム　ねんぺん		パン　ゼリー
5（水）		なつやさいカレー　ふくしんづけ ポテトサラダ		ハム		
6（木）	パン	おにぎりべんとう				フルーツケーキ
7（金）		とうふのちゅうかに いもづるのきんぴら	片栗粉			おかし
8（土）		きぼうとうえん				
10（月）	ポテト	そうめん ひじきに	めん	ねんぺん		おかし
12（水） ～14（金）		きぼうとうえん				
15（土）		きぼうとうえん				
17（月）		とうふのうまに ちくわのカレーあげ　こんぶあえ	焼力粉　片栗粉			おさつのつぶつぶケーキ
18（火）	せんべい	ひやしきつねうどん れんこんのきんぴら　ふりかけ	めん			おかし
19（水）	クッキー	なすのミートグラタン ポテトスープ	焼力粉　パン粉			にんじんおさいパン
20（木）	フルーチェ	とりのなんばんづけ ほしのこじる　ひじきサラダ	片栗粉	ねんぺん		
21（金）	ビスケット	しろみざかなのうめみそやき やさいスープ　グリーンサラダ		みそ		おかし
22（土）		きぼうとうえん				
24（月）	せんべい	ひやむぎ じゃこサラダ　チーズ	めん			
25（火）	かんぱん	さけのムニエル ビーフンスープ　なすのあまみそかけ	焼力粉　ビーフン	みそ		おかし
☆ 26（水）		ピラフ　エビフライ ドレッシングあえ トマト　ミニゼリー	パン粉　焼力粉			
27（木）	ポテト	オクラいりマーボーどうふ ようふうきんぴら	片栗粉	みそ		ココアクッキー
28（金）		ハワイアンハンバーグ すましじる　ゆかりあえ	パン粉			おかし
29（土）		きぼうとうえん				
31（月）	ビスケット	いわしのかばやき わかめスープ　ナムル	片栗粉	ハム		

☆ 印の日は白ごはんはいりません。

夏野菜で元気モリモリ

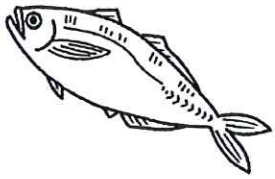
トマトやきゅうり・なすなどの夏野菜は、水分やビタミンが豊富で、体の調子を整え、熱中症予防にも役立ちます。夏野菜はカラフルでみずみずしく、食欲が落ちる時期にも取り入れやすい食材です。旬のパワーで元気いっぱいの夏にしましょう！

汗をかいたらしっかり塩分摂取！

汗をかくと、体の中の塩分も一緒に出てしまいます。少し運動した程度では水分補給だけで充分ですが、暑い日やたくさん遊んだあとは、水分だけでなく塩分も補いましょう。みそ汁や梅干しなど、ふだんの食事で無理なくとるのがおすすめです。

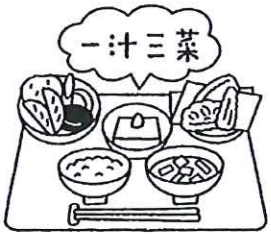
旬の食材 アジ

アジは夏が旬の魚です。脂がのった新鮮なアジは特においしく、栄養も豊富。たんぱく質やDHA・EPAが多く含まれ、子どもの成長や脳の発達に役立つといわれています。焼き魚・たたき・フライ・南蛮漬けなど、様々な食べ方で楽しむことができます。



先祖への感謝を込めたお盆料理

お盆は先祖の霊を迎え、感謝を伝える大切な行事です。仏さまに供える料理には、肉や魚など動物性の食品を使わずに作った精進料理があります。献立は、大豆製品や野菜が中心の一汁三菜。先祖への感謝と供養の意味が込められています。



おふのシュガークッキー(5 人分)

材 料　焼き麸 25g バター35g グラニュー糖 25g

作り方

①溶かしたバターにグラニュー糖を加えて、よく混ぜる。

②①の中に焼き麸を加えて、全体によくからませる。

③クッキングシートを敷いた天板に、②を重ならないように並べ、160℃に予熱したオーブンで12～15 分ほど、きつね色になるまで焼く。

幼児園では、バターを食物油に替えて使用しています。

①のバターとグラニュー糖にココアと水を加えてココア味にしてもおいしいのでぜひ試してみてください！