

# かがやけ☆光の子 7月号

～令和5年 6月29日発行～

## ♪ささのは、さ～らさら、のきばにゆれる♪

7月と言えば七夕。平安時代に裁縫や音楽などが『上手になりますように』と夕べに願った乞巧奠(きっこうでん)を由来としていますが、時代を経る中でいろんなエピソードが習合して、織姫と彦星のロマンスが加わり、1年に1度短冊に願い事を書いて笹に飾るようになりました。

いつの世も、家内安全、商売繁盛が定番の願いですが、皆さんはお子さんと一緒にどんな願い事を短冊に書かれたでしょうか？

コロナ禍は終焉を迎えたかに見えて、沖縄で再流行の兆しがあったり、異常気象や国際情勢不安と願いや祈りは尽きないですが、家族みんなで明るく楽しい夏を過ごしましょう！  
園長 山下 学

- ＊お子さんの着ている衣服(Tシャツ、ズボン、下着、靴下など)にも必ず名前の記入をお願いします。
- ＊また、歯ブラシは月に1度、交換して下さい。
- ＊汗をかく季節となりました。お子さんの着替えは、いつもより多めにお願いします。

## 水遊びが始まります

7月から水遊びなど、水に触れる活動を行いたいと思います。開始の日程は、後日お知らせしますので、水着の準備をお願い致します。

水着や、タオル(フェイスタオル)、下着などの持ち物は、必ず名前の記入をお願い致します。

水着とタオルは、週の初めに預かり、水遊びをした日の帰りバスでお返しします。

※健康カードに、検温と水遊び欄への記入を忘れずをお願い致します。**記入が無い場合は、水遊びに参加出来ません。** ご了承下さい。

### ↓記入例

健康カード		年	月	日
<b>睡眠</b> 夜 時 分 から 朝 時 分	<b>体温</b> 36度5分 ・元気です ・風邪気味			
<b>排便</b> 時 分 ・かたい ・ふつう ・柔らか	<b>お薬</b> ・有・無 ・給食前 ・給食後			
				<b>朝食</b> ・少ない ・ふつう ・多い
家庭での様子				<b>水遊び</b> ・よい ・わるい

## 6月の壁面製作

あじさいをつくりました☆  
(汚れないフィンガーペイント)

ビニールの上から  
絵の具をのぼしたり



画用紙に  
好きな色をのせて...



ローラーを使って  
コロコロしたら



きれいなあじさいが  
できました♪

## 7月の予定

- 5日…父母連絡会
- 6日～7日  
東洋大学実習生1名
- 17日…海の日
- 20日…防災訓練

＊6・7月生まれの  
お誕生日会を行います。  
(子どもさんのみ)



## 8月の予定

- 2日…父母連絡会
- 11日…山の日
- 13～15日 盆休み
- 16日…防災訓練
- 23日…運動会リハーサル  
(お子さんのみ)



まだまだ梅雨真っ只中ですね。暑くてジメジメした日が続いていますが、子ども達は雨にも暑さにも負けずにたくさん遊んでいますよ。汗もいっぱいかくので、水分補給を細めにしながら、これから始まる夏をいっぱい楽しみたいと思います！



7月行事予定		保護者	献立予定	おやつ	主な材料	エネルギー	食塩
1	土						
2	日						
3	月		すき焼き風煮物 いりこマヨネーズ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	(手づくりおやつ) カップケーキ	牛肉 白ねぎ 生椎茸 糸こんにゃく 白菜 いんげん えのき 焼き豆腐	554kcal	1.1g
4	火		鶏のから揚げ スパゲティサラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	アイス	鶏肉 きゅうり ロースハム 卵 ねぎ えのき かまぼこ 焼麩 人参	526kcal	1.0g
5	水	父母連絡会	肉豆腐 ほうれん草のごま和え 麦ご飯 味噌汁 牛乳	アシドミルク	豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 ゆで大豆 ちりめん	509kcal	0.8g
6	木		魚のごま味噌煮 切り干し大根サラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	フルーツ	魚 白ねぎ しめじ パセリ きゅうり ホールコーン 玉子豆腐 もずく	488kcal	1.0g
7	金		七夕ソーメン 鶏肉のケチャップソース焼き 五色なま酢 わかめご飯 牛乳	(手づくりおやつ) カルピスゼリー	干し椎茸 卵 きゅうり 人参 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 大根 ごま	497kcal	1.9g
8	土						
9	日						
10	月		おでん風煮物 いりこマヨネーズ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	フルーツ	鶏肉 うずら卵 じゃが芋 こんにゃく 天ぷら 厚揚げ いんげん 大根	490kcal	0.7g
11	火		魚の甘酢あん きゃべつのかか和え 麦ご飯 すまし汁 牛乳	プリン	魚 玉ねぎ ピーマン たけのこ 干し椎茸 さつま芋 きゃべつ	538kcal	1.1g
12	水		豆腐ハンバーグ ポテトサラダ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	(手づくりおやつ) コーンフレーククッキー	鶏肉 じゃが芋 ロースハム 玉ねぎ ねぎ 人参 小松菜 油揚げ 卵	578kcal	1.3g
13	木		きつねうどん 酢の物 ひじきご飯 フライドポテト 牛乳	ウエハース ミニゼリー	合ミンチ 竹輪 ちりめん いんげん ゆで大豆 かまぼこ かにかま 卵	574kcal	1.7g
14	金		ハヤシライス マリネ スープ 牛乳	(手づくりおやつ) フルーツヨーグルト	牛肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ロースハム トマト ホールコーン	520kcal	2.0g
15	土						
16	日						
17	月		海の日				
18	火		豚肉のしょうが焼き しらす和え 麦ご飯 さつま汁 牛乳	(手づくりおやつ) オレンジゼリー	豚肉 もやし 玉ねぎ ちりめん 人参 ほうれん草 きゅうり 糸こんにゃく	521kcal	1.0g
19	水		魚のフライ マカロニサラダ ロールパン スープ 牛乳	ジュース	魚 マカロニ ロースハム 人参 きゅうり 卵 玉ねぎ きゃべつ	509kcal	1.8g
20	木		お好み焼き ミントマト レバーの味噌煮 麦ご飯 わかめスープ 牛乳	コアコア	豚肉 卵 豆腐 にら 桜えび ねぎ 鶏レバー ちりめん 青のり わかめ	573kcal	0.9g
21	金		ミートスパゲティ 豆腐サラダ レタススープ 牛乳	フルーツ	合ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 豆腐 ホールコーン 大根 レタス	450kcal	2.0g
22	土						
23	日						
24	月		切り干し大根の煮物 いりこマヨネーズ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	(手づくりおやつ) アップルゼリー	鶏肉 じゃが芋 たけのこ 干し椎茸 玉ねぎ かぼちゃ ねぎ 厚揚げ	476kcal	0.8g
25	火		鮭ホイル焼き きゅうりと竹輪の和え物 麦ご飯 すまし汁 牛乳	フルーツ	魚 ベーコン しめじ 玉ねぎ 人参 いんげん ちりめん 竹輪 かまぼこ	523kcal	1.6g
26	水		焼きそば シーチキンサラダ きのこスープ 牛乳	アイス	豚肉 玉ねぎ きゃべつ もやし 天ぷら ほうれん草 ホールコーン	493kcal	1.3g
27	木		スパニッシュオムレツ ミントマト メロンパン 食パン スープ 牛乳	ジュース	卵 ベーコン パプリカ じゃが芋 ブロッコリー きゃべつ 玉ねぎ 人参	524kcal	2.0g
28	金		チキンカレー ひじきサラダ スープ 牛乳	(手づくりおやつ) フルーツポンチ	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ひじき かにかま ゆで大豆 ごま	538kcal	1.8g
29	土						
30	日						
31	月		ギョーザ ナムル 麦ご飯 中華スープ 牛乳	(手づくりおやつ) きな粉マカロニ	鶏ささみ ほうれん草 ちりめん ゆで大豆 ホールコーン 人参 卵	544kcal	1.3g