



かがやけ☆光の子 7月号



～令和6年 6月27日発行～

5月末にも暑い日がありましたが、これから梅雨明けを迎えるといよいよ夏本番。子どもたちの大好きな水遊びが始まります。熱帯夜も始まりいろいろと体調を整えるのが難しくなりますが、適度にエアコンを使い、水分補給を心掛けたり、塩飴をなめたり、熱中症対策に気を配ってください。そして、しっかり栄養を摂って夏バテにならないようにしましょうね。

園長 山下学



- * お子さんの持ち物（紙オムツ、靴、衣服、コップ、歯ブラシ）には、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。
- * 貸し出したオムツは、後日返却をお願いします。
- * 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。

おすすめメニュー いりこマヨネーズ

材料

いりこ30グラム（学園では上いりこを使用しています。）

Aマヨネーズ
しょうゆ

Aを混ぜ合わせる。

耐熱皿にいりこを並べレンジ1分半
（500w）温めて出来上がり



* 大人用にお好みで一味唐辛子を入れると大人のおつまみになりますよ♥

7月の予定

1日～12日

東筑紫短期大学 実習生2名

3日…父母連絡会

15日…海の日

20日…保護者学習会 10:00～

25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

7日…父母連絡会

11日…山の日

12日…振替休日

13～15日 盆休み

19日～30日

福岡県立大学 実習生1名

20日…運動会リハーサル
（子どもさんのみ）

22日…防災訓練

26日～9月6日

西南女学院短期大学

実習生2名

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。水遊びの開始の日程は、後日お知らせします。
お知らせ後に水着をお子さんに持たせて下さい。

○準備する物

・水着、タオル（フェイスタオル）、使用した水着を入れるビニール袋

持ち物には、必ず名前の記入をお願い致します。



※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
 睡眠 夜 時 分 から 朝 時 分	 体温 36 度 5 分 元気です ・風邪気味	 朝食 ・少ない ・ふつう ・多い		
 排便 時 分 ・かたい ・ふつう ・柔らか	 お薬 ・有 ・無 ・給食前 ・給食後	 水遊び ・よい ・わるい		
家庭での様子				

梅雨に入り、蒸し暑い日が続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？
体調を崩してはいないでしょうか？
さて、学園ではもうすぐ水遊びが始まります。
夏しかできない遊びなので、思い切り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	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) 麩のラスク	鶏肉 グリーンピース たけのこ 厚揚げ 干し椎茸 小松菜 油揚げ	479kcal	0.9g
2	火			魚のピカタ スパゲティサラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	(手づくりおやつ) コーンフレーククッキー	魚 パセリ 卵 きゅうり ロースハム もずく 玉子豆腐 いちごジャム	499kcal	1.1g
3	水	父母連絡会	○	肉豆腐 きゃべつのかか和え 麦ご飯 さつま汁 牛乳	フルーツ	豚ミンチ 豆腐 ピーマン 玉ねぎ 人参 きゅうり きゃべつ ちりめん	503kcal	0.6g
4	木			お好み焼き しらす和え 麦ご飯 きのことスープ 牛乳	プリン	豚肉 にら 小エビ ホールコーン ほうれん草 きゅうり 切り干し大根	567kcal	1.0g
5	金			七夕ソーメン 鶏の照り焼き わかめご飯 なま酢 牛乳	(手づくりおやつ) カルピスゼリー	鶏肉 大根 糸こんにゃく 油揚げ いんげん 干し椎茸 きゅうり 人参	570kcal	2.0g
6	土							
7	日							
8	月			筑前煮 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	鶏肉 たけのこ いんげん 里芋 こんにゃく ごぼう 高野豆腐 ねぎ	541kcal	1.0g
9	火			豚肉のしょうが焼き さつま芋サラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	フルーツ	豚肉 もやし 玉ねぎ さつま芋 卵 ロースハム はんぺん えのき	510kcal	1.4g
10	水			豆腐ハンバーグ 酢の物 麦ご飯 味噌汁 牛乳	アシドミルク	鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ゆで大豆 大根 かにかま わかめ ごま 卵	521kcal	1.1g
11	木			きつねうどん 五目きんぴら ひじきご飯 フライドポテト 牛乳	丸ボーロ	合ミンチ 竹輪 ちりめん 干し椎茸 ごぼう ピーマン 糸こんにゃく 人参	583kcal	1.8g
12	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 人参 玉ねぎ マッシュルーム レタス ソーセージ トマト パセリ	523kcal	2.0g
13	土							
14	日							
15	月	海の日						
16	火			おでん風煮物 いりこマヨネーズ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	(手づくりおやつ) アップルゼリー	鶏肉 うずら卵 厚揚げ 大根 人参 こんにゃく 天ぷら いんげん ねぎ	516kcal	0.7g
17	水			ギョーザ ナムル 麦ご飯 中華スープ 牛乳	フルーツ	卵 ホールコーン 人参 もやし ほうれん草 ちりめん ゆで大豆	527kcal	1.2g
18	木			魚フライ ポテトサラダ ロールパン スープ 牛乳	ジュース	魚 じゃが芋 ロースハム 卵 人参 きゅうり きゃべつ いちごジャム	568kcal	1.9g
19	金			イタリアンスパゲティ 豆腐サラダ レタススープ 牛乳	アイス	ベーコン 玉ねぎ ピーマン 人参 ホールコーン わかめ 大根 豆腐	499kcal	1.8g
20	土	保護者学習会						
21	日							
22	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) オレンジゼリー	牛肉 生椎茸 白菜 糸こんにゃく えのき 焼き豆腐 いんげん 玉ねぎ	468kcal	0.7g
23	火			鶏のから揚げ マカロニサラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	コアコア	鶏肉 マカロニ きゅうり 人参 卵 ロースハム はんぺん えのき ねぎ	574kcal	0.8g
24	水			スパニッシュオムレツ ミントマト メロンパン スープ 牛乳	ジュース	ベーコン じゃが芋 ブロッコリー 玉ねぎ パプリカ ミントマト 人参	508kcal	1.9g
25	木			魚のごま味噌煮 春雨サラダ 麦ご飯 すまし汁 牛乳	ミニゼリー ウエハース	魚 しめじ 白ねぎ 卵 きゅうり 春雨 ソーセージ ホールコーン もずく	499kcal	1.2g
26	金			チキンカレー 切り干し大根のサラダ スープ 牛乳	(手づくりおやつ) フルーツポンチ	鶏肉 人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ かにかま きゃべつ 玉ねぎ	526kcal	1.7g
27	土							
28	日							
29	月			魚の甘酢あん ひじきサラダ 麦ご飯 味噌汁 牛乳	フルーツ	魚 ピーマン パプリカ さつま芋 干し椎茸 かにかま ちりめん 人参	496kcal	1.0g
30	火			焼きそば ほうれん草のごま和え レバーの味噌煮 わかめスープ 牛乳	アイス	豚肉 きゃべつ 玉ねぎ 天ぷら もやし ゆで大豆 鶏レバー わかめ	476kcal	1.6g
31	水			三色ご飯 シーチキンサラダ フライドポテト 味噌汁 牛乳	(手づくりおやつ) きな粉マカロニ	鶏ミンチ 卵 人参 ほうれん草 きゃべつ ホールコーン きゅうり	576kcal	1.2g