



＜発行＞ 社会福祉法人 清水保育園
幼保連携型認定こども園 清水こども園
〒252-0244 神奈川県相模原市中央区田名 2166-2
電話 042-762-1871 FAX042-762-1874
ホームページ <https://shimizuhokuen.com>



年度初めにお知らせした通り、今年度より幼児クラスのプールの形態を変更しました。初日の子どもたちの様子はどうかと思いましたが、子どもたちはどんな変化にも柔軟に対応し、プールの形にあった楽しい遊びを見つけ、水遊びを楽しんでいました。今は、雨が続き水遊びはお休み中ですが、これから訪れる夏に向かって、人工芝の上での水遊びや泥んこ遊びなども思い切り楽しみたいと思います。

わんぱく農園の野菜たちも収穫の時期を迎え、どんな形で給食に出てくるか楽しみにしています。また、収穫した野菜を家庭に持ち帰った際には、ご家庭での食事を楽しまれたのではないのでしょうか。その経験が食べる意欲に繋がっているように感じています。

これから、暑さが厳しくなってきます。熱中症に気を付けながら、心身ともに健康な毎日を過ごせるようにご協力をお願い致します。



7・8月の行事予定

<7月>

- 2(木) 子育て広場「のびのびランド」
- 6(月) ベルマークの日
- 7(火) 誕生会 10:00～ ※はいチーズ撮影
- 9(木) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
広場「遊びランド」
- 13(月) 体操教室(うさぎ・くま・ぞう)
- 17(金) 異年齢児活動、食育の日
- 23(木) 英語で遊ぼう(くま・ぞう)
- 24(金) キッズ+保育園交流(りす)
※防災訓練: 抜打ち



<8月>

- 3(月) 防災訓練(水害)
- 4(火) 異年齢児活動、
子育て広場「のびのびランド」
子育て講座「リトミックの効果」
- 5(水) ベルマークの日
- 18(火) 異年齢児活動
- 19(水) 食育の日
- 26(水) 誕生会 10:00～ ※はいチーズ撮影
- 27(木) 英語で遊ぼう(くま・ぞう)
キッズ+保育園交流(りす)
- 31(月) プール納め



7・8月のおやくそく ★きそくたしいせいかつをころがけましよう

7月のうた

「しゃぼんだま」

7月の手遊び

「天気予報をお知らせします」

8月のうた

「トマト」

8月の手遊び

「くいしんぼうのごりら」

お知らせ&お願い

★連絡ノート(はいチーズ)の確認を!

必要に応じて、全体や個人に連絡を送っています。重要なお知らせもありますので、こまめに確認いただき、確認後は既読を必ずつけてください。

★金曜日の荷物の持ち帰り、忘れ物について

週末に1週間使用した物を持ち帰ります。想像以上に汗をかいいたりタオルケットやタオルをくわえていたり汚れがありますので洗濯のご協力をお願いします。また、週明けなどは特に忘れ物があります。お子さんが悲しい思いをしています。貸し出しにも限りがありますので、準備をお願いします。

★髪の長い子について

毎日きちんと結んでください。(活動の妨げになる、食事の時に髪の毛が食べ物の中に入ってしまう等の問題があります)また、園にゴムを持参されるご家庭もありますが、職員が行うことにより保育に支障が出てしまいますので、保護者の方で結んでいただきたくご協力ください。



★みずあそびについて

・怪我に繋がりますので、爪は短く切りましょう。

・頭じらみ、ミズイボ、とびひ等にご注意し、身体の清潔に心掛けましょう。

・天候にかかわらず毎日、水遊びカードに必要事項(体温、○×)を記入し、登園時に職員に手渡してください。記入漏れの場合は初回時のみ、確認の電話を入れることが出来ませんが、それ以降は電話での確認対応は行わず見学となりますのでご注意ください。

・2日続けて使用する場合もあるため、使用した水遊びセットは洗濯をして、乾いたものを翌日持参してください。



【熱中症に気をつけましょう!】

気温の高いが続いてくと思います。園でも活動内容を調整し、こまめな休憩・水分補給を行います。ご家庭でも以下の対策をお願いします。

1. 「涼しい場所」を選ぶ: 屋外遊びは日陰や時間を工夫しましょう。
2. サインを見逃さない: 「顔が赤い」「ぐったりしている」など、いつもと違う様子があればすぐに受診しましょう。
3. 登降園時の対策: 送迎時も日傘や帽子を活用し、大人も一緒に熱中症対策を徹底しましょう。

熱中症対策を
しよう!





真夏の日差しがギラギラと照りつける日が続いています。熱中症を予防する為にも、日中の長い外出はできるだけ避けて、水分をこまめにとるように心掛けましょう。外出時は帽子をかぶる、冷やしたタオルを首にかけなどの工夫が大切です。

冷たい飲み物の飲み過ぎに注意して、暑さに負けない体力作りを心掛けましょう。それには十分な睡眠とバランスのとれた食事が必要です。ちょっとした香辛料やスパイスを効かせると、食欲も出てきますよ。

今月の献立では、季節を感じ楽しむとの観点から、夏野菜を使用した昼食のメニューはもちろん、おやつにもオレンジクッキーやそうめん等、暑い夏にさっぱり食べられるメニューを取り入れました。暑さに負けずに元気に過ごして欲しいと思います。

夏祭り・盆踊り

夏祭りや盆踊りは、五穀豊穡や収穫を願いご先祖さまの霊を迎え供養する伝統行事です。昔から地域の人々が集まり、感謝の気持ちを込めて踊りや歌を楽しんできました。地域のつながりを深め、伝統や文化に親しむ機会です。家族で夏の風物詩を、楽しみましょう。



<8月の連絡・お願い事項>

- 手作りおやつ 18 日 (火)
「フルーツヨーグルト和え」
- 食育の日 19 日 (水)
「夏野菜をたくさん食べて
元気に過ごしましょう」
- 誕生会 26 日 (水)



年長クラスが「うどん作り」に挑戦しました

7月24日(金) ぞう組が、わかな会の皆さんの指導のもと「うどん作り」に挑戦しました。

小麦粉から「手でこねる」→「足で踏む」→「寝かす」→「のぼす」→「切る」→「ゆでる」の全工程を体験し興味深々な子どもたちでした。中でも製麺機の体験は大喜びでした。

完成したうどんは給食で提供され、美味しいと好評でした。



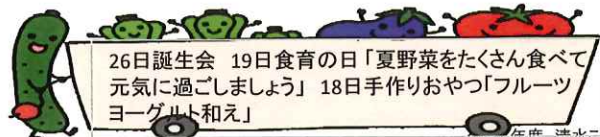
園内日帰りキャンプでカレー作りを楽しみました！

6月20日(土)の午後から、ぞう組(年長)と前年度卒園児(1年生)で日帰りキャンプを行いました。

今年のメイン活動はカレー作りで、クリエイトへの買い出しから始まり、洗って、切って、炒めて、煮て、盛り付けてと、楽しみながら色々な体験をすることが出来ました。雨天の為、キャンプファイヤーは室内で、花火は中止となりましたが、楽しい思い出の1ページとなりました。



こんだてひょう



日	曜	午 前 おやつ (乳児)	昼 食 献 立 名		午 後 おやつ	材 料 と 体 内 で の 働 き		
			主 食	副 食		力や体温になるもの 黄	血や肉になるもの 赤	体の調子を整えるもの 緑
1	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉とねぎの炒め煮 お浸し(キャベツ・人参) みそ汁(もやし・わかめ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖	鶏肉 糸けつり みそ 牛乳	玉ねぎ 長ねぎ キャベツ 人参 もやし わかめ
3	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉と豆腐の甘辛煮 ほうれん草のごま和え みそ汁(大根・玉ねぎ)	☆おふラスク 牛乳	米 油 砂糖 ごま ふ バター	豚肉 豆腐 みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 さやいんげん ほうれん草 大根
4	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	カレイのごまだれ焼き 冬瓜のそぼろ煮 みそ汁(あげ・キャベツ)	☆ツナトースト 牛乳	米 油 砂糖 ごま 片栗粉 パン マヨネーズ	かれい 鶏肉 みそ 油あげ ツナ 牛乳	冬瓜 キャベツ 玉ねぎ
5	水	みかん缶 麦茶	ごはん	チキンカレー すき昆布の炒め煮 フルーツ(すいか)	☆牛乳かんいちごソース 星たべよ 牛乳	米 じゃがいも 油 砂糖 ジャム	鶏肉 牛乳 ちくわ	玉ねぎ 人参 みかん グリーンピース 昆布 すいか
6	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	冷やしうどん	ささみの天ぷら ひじきサラダ すまし汁(かまぼこ・ねぎ)	☆わかめご飯 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 米	鶏肉 ツナ かまぼこ 牛乳	青のり ひじき もやし きゅうり 人参 長ねぎ わかめ
7	金	ボーロ 麦茶	ごはん	ハンバーグ トマト入りサラダ スープ(えのき・コーン)	☆フライドポテト のむヨーグルト	米 片栗粉 砂糖 油 じゃ がいも	豚肉 豆乳 魚肉ソーセージ のむヨーグルト	玉ねぎ キャベツ きゅうり トマト えのき茸 コーン
8	土	セレクト 麦茶	ごはん	豚肉の甘辛煮 わかめサラダ みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 みそ 牛乳	玉ねぎ ビーマン わかめ もやし 人参 長ねぎ
10	月	星たべよ 麦茶	ごはん	豚肉のカレー風味炒め 大根ときゅうりのサラダ みそ汁(えのき・わかめ)	☆マカロニきなこ 牛乳	米 油 マヨネーズ 砂糖 マカロニ	豚肉 みそ きなこ 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 きゅうり えのき茸 わかめ
12	水	たべっこbaby 麦茶	ごはん	鶏肉のトマト煮込み キャベツとコーンのサラダ みそ汁(わかめ・ねぎ)	アンパンマンソフトせん ボーロ 牛乳	米 油 砂糖	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ トマト グリーンピース キャベツ きゅうり コーン 長ねぎ わかめ
13	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	ツナカレー キャベツの甘酢あえ ゼリー	ベビーチーズ たべっこbaby 牛乳	米 砂糖 油 じゃがいも	ツナ チーズ 牛乳	玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参
14	金	ボーロ 麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き おかか和え(人参、きゅうり) みそ汁(ふ・キャベツ)	お米deタルト 星たべよ 牛乳	米 油 砂糖 ふ	豚肉 糸けつり みそ 牛乳	生姜 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ
15	土	豆花クッキー 麦茶	ごはん	非常食メニュー	セレクト 牛乳			
17	月	星たべよ 麦茶	ごはん	みそ豚 ブロックリーとツナ和風サラダ みそ汁(豆腐・ねぎ)	☆オレンジクッキー 牛乳	米 油 砂糖 小麦粉 バター マーメレード	豚肉 みそ ツナ 豆腐 牛乳	長ねぎ キャベツ ブロッコリー きゅうり 人参
18	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	肉団子のパン粉蒸し パンサンスー わかめの生姜スープ	☆フルーツヨーグルト和え 牛乳	米 片栗粉 油 パン粉 はるさめ 砂糖	豚肉 ヨーグルト 牛乳	椎茸 玉ねぎ 生姜 きゅうり フ ルーツ缶 人参 コーン わかめ 長ねぎ
19	水	みかん缶 麦茶	そぼろご飯	鶏肉の香味揚げ 夏野菜スパゲティサラダ スープ(わかめ・えのき)	バナッパ アンパンマンソフ トせん 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 スパゲティ マヨネーズ	鶏肉 ツナ 牛乳	生姜 にんにく トマト さやいんげん キャベツ 青のり きゅうり えのき茸 わかめ みか ん
20	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	食パン	ポークビーンズ もやしのごま和え スープ(おくら・玉ねぎ)	☆リンゴヨーグルトケーキ 牛乳	パン じゃがいも 油 砂糖 ごま バター ホットケーキの素	大豆 豚肉 魚肉ソーセージ ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト おくら もやし きゅうり りんご
21	金	ボーロ 麦茶	冷やしうどん	夏野菜のかき揚げ 甘酢あえ すまし汁(鶏肉・ねぎ)	☆おかかゴマごはん 牛乳	うどん 小麦粉 油 砂糖 米 ごま	ウインナー 鶏肉 糸けつり 牛乳	玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 人参 長ねぎ 枝豆
22	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉のレモンしょうゆ キャベツともやしドレッシング みそ汁(大根・わかめ)	セレクト 牛乳	米 砂糖 油	鶏肉 みそ 牛乳	長ねぎ 生姜 レモン キャベツ もやし 人参 わかめ 大根
24	月	星たべよ 麦茶	ごはん	キーマカレー(トマト入り) グリーンサラダ ゼリー	☆カボチャのパウンドケー キ 牛乳	米 じゃがいも 油 バター ホットケーキの素 マヨネーズ 砂糖	豚肉 牛乳 ツナ スキムミルク	玉ねぎ 人参 トマト グリーンピース キャベツ きゅうり コーン かぼちゃ
25	火	たべっこbaby 麦茶	ごはん	なす入り麻婆豆腐 大根ときゅうりの甘酢 スープ(えのき・コーン)	☆五平餅(長野県) 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま	豆腐 豚肉 みそ 牛乳	なす 人参 長ねぎ ビーマン にんにく 大根 きゅうり えのき茸 コーン
26	水	みかん缶 麦茶	ラーメン	鶏肉のみそ焼き キャベツときゅうりゴマ昆布和え ラーメンスープ(醤油)	☆シュガースティックバイ のむヨーグルト	中華麺 砂糖 油 ごま バ イシート	鶏肉 みそ 豚肉 のむヨーグルト	キャベツ 人参 きゅうり 昆布 長ねぎ わかめ 生姜 コーン みかん
27	木	アンパンマンソフト せん 麦茶	ごはん	白身魚のみそマヨネーズ ジャーマンポテト スープ(えのき、小松菜)	☆そうめん 牛乳	米 マヨネーズ そうめん じゃがいも 油	ホキ みそ 油揚げ ウインナー 牛乳	玉ねぎ 人参 ビーマン えのき茸 小松菜 ねぎ
28	金	ボーロ 麦茶	食パン	鶏肉のバーベキューソース コールスロー スープ(わかめ・もやし)	☆ひじきごはん 牛乳	パン 油 砂糖 米	鶏肉 ツナ 牛乳 油揚げ	生姜 バイン 玉ねぎ キャベツ 人参 わかめ もやし ひじき
29	土	セレクト 麦茶	ごはん	鶏肉と玉ねぎの炒め物 浅漬け(キャベツ・人参) みそ汁(ふ・ねぎ)	セレクト 牛乳	米 油 マヨネーズ ふ	鶏肉 みそ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 長ねぎ
31	月	星たべよ 麦茶	ごはん	かじきのケチャップあえ ほうれん草とツナのサラダ みそ汁(キャベツ・もやし)	☆ポテトケーキ 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 じゃ がいも バター ホットケーキ の素	かじき鮓 ツナ みそ 牛乳	生姜 ほうれん草 人参 レモン きゅうり キャベツ もやし

平均 栄養価	乳児食(基準献立)	エネルギー444kcal	たんぱく質16.9g	脂質14.4g	食塩相当量1.4g
	幼児食(基準献立)	エネルギー537kcal	たんぱく質21.8g	脂質17.7g	食塩相当量1.8g

・☆印は手作りおやつの日です。 完了期提供は次の通りです。ごはん類→軟飯 揚げ物→蒸し焼き
食パン→耳なし ※食材によっては刻み提供
・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。

離乳食献立表

令和8年8月

日	曜	6カ月～7カ月	8ヶ月～9カ月	10カ月～12ヶ月
1	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ)	おかゆ みそ汁 だし煮(鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ)
3	月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 大根 ほうれん草)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 大根 ほうれん草)	おかゆ みそ汁 スープ煮(豆腐 大根 ほうれん草)
4	火	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ じゃがいも 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 キャベツ じゃがいも 人参)	おかゆ みそ汁 煮魚(白身魚 キャベツ じゃがいも 人参)
5	水	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ)
6	木	うどん だし汁 スープ煮(きゅうり 人参)	うどん うどん汁 甘辛煮(ツナ きゅうり 人参)	うどん うどん汁 甘辛煮(ツナ きゅうり 人参)
7	金	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 玉ねぎ トマト)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ トマト)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ トマト)
8	土	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ 人参)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ 玉ねぎ 人参)
10	月	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 大根 きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 人参 大根 きゅうり)	おかゆ みそ汁 スープ煮(ツナ 人参 大根 きゅうり)
12	水	おかゆ だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 トマト煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 トマト煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり)
13	木	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 玉ねぎ キャベツ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ キャベツ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ きゅうり 玉ねぎ キャベツ)
14	金	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ キャベツ きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 だし煮(ツナ キャベツ きゅうり 玉ねぎ)
15	土	非常食メニュー	非常食メニュー	非常食メニュー
17	月	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 ブロッコリー キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 ブロッコリー キャベツ きゅうり)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(豆腐 ブロッコリー キャベツ きゅうり)
18	火	おかゆ だし汁 スープ煮(人参 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 きゅうり 玉ねぎ)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ 人参 きゅうり 玉ねぎ)
19	水	おかゆ だし汁 スープ煮(トマト キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 トマト キャベツ きゅうり)	おかゆ スープ だし煮(鶏肉 トマト キャベツ きゅうり)
20	木	パンがゆ だし汁 スープ煮(きゅうり 人参 玉ねぎ)	パンがゆ スープ トマト煮(大豆 きゅうり 人参 玉ねぎ)	パン スープ トマト煮(大豆 きゅうり 人参 玉ねぎ)
21	金	うどん だし汁 スープ煮(玉ねぎ キャベツ かぼちゃ)	うどん うどん汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ)	うどん うどん汁 スープ煮(鶏肉 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ)
22	土	おかゆ だし汁 スープ煮(大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 大根 キャベツ 人参)
24	月	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 玉ねぎ きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(ツナ キャベツ 玉ねぎ きゅうり)
25	火	おかゆ だし汁 スープ煮(豆腐 大根 きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 大根 きゅうり 人参)	おかゆ スープ だし煮(豆腐 大根 きゅうり 人参)
26	水	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参 きゅうり)	おかゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参 きゅうり)
27	木	おかゆ だし汁 スープ煮(小松菜 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ 煮魚(白身魚 小松菜 人参 玉ねぎ)	おかゆ スープ 煮魚(白身魚 小松菜 人参 玉ねぎ)
28	金	パンがゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	パンがゆ スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)	パン スープ スープ煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)
29	土	おかゆ だし汁 スープ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)	おかゆ みそ汁 甘辛煮(鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ)
31	月	おかゆ だし汁 スープ煮(きゅうり キャベツ ほうれん草)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき きゅうり キャベツ ほうれん草)	おかゆ みそ汁 煮魚(かじき きゅうり キャベツ ほうれん草)

・献立は都合により一部変更になる場合があります。それに伴い栄養量の変動があります。とろみをつける為に、じゃがいもを使用しています。