



はまっこだより



ごあいさつ

梅雨明けの知らせが待ち遠しい毎日。子どもたちは大好きな水遊びを満喫しています。また、夏祭りに向けた出し物の練習や準備に、わくわくしている様子が伝わってきます。

夏の思い出作りがしっかりとできるよう、体調面に十分注意しながら過ごしていきたいと思ひます。

お知らせ

はまっこだドンまつりについて

23日(土)は、はまっこだドンまつりです。今年は前半と後半に分かれて行います。楽しい祭りになるよう、職員もはりきって準備を進めているところです。また、当日は保護者会役員さんにもお世話になります。

祭りの前日には、畑でとれた野菜を使ったカレーを食べて、気持ちを高めていきたいと思ひます。

みんなで盛り上がる、賑やかな祭りになりますように!

頭髪について(お願い)

水にかかわる機会が増えますので、子どもが自分で扱いやすいように準備をお願いします。

また、毎日お風呂で髪を洗い、清潔に保ちましょう。

- ・定期的に散髪し、汗の始末がしやすいように整えましょう。
- ・髪の長い人は、タオルで拭きとりやすい長さになるか、ゴムできちんと結び、涼しく過ごせるようにしましょう。

履物について

7月~8月は、サンダルを履いての登園を可とします。**きちんとベルトができ、足が固定できるサイズ**を選びましょう。大きすぎたり小さくてきつすぎたりすると、歩きにくいだけでなく靴擦れを起こしてしまいます。

また、ぞうりを履かれてもいいですが、鼻緒があるものにしてください。(つっかけ、クロックスは不可です)

お盆期間の希望保育について

8月13日(土)、15日(月)は希望保育日です。家庭での保育が可能な方は、ご協力をお願いします。詳細につきましては、後日お知らせします。

7月の活動計画

日付	曜日	内容
1	金	プール開き
2	土	
3	日	
4	月	発育測定
5	火	
6	水	英語であそぼう
7	木	七夕献立
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	
13	水	
14	木	体操教室
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	海の日
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	おまつりカレー献立
23	土	はまっこだドンまつり
24	日	
25	月	
26	火	誕生会
27	水	
28	木	体操教室
29	金	
30	土	
31	日	

8月の予定

1日(月) 発育測定 4日(木)、25日(木) 体操教室
10日(水) 英語であそぼう
13日(土)、15日(月) 希望保育日 26日(金) 誕生会

※りす組個人懇談
(状況により、予定を変更することがあります)

社会福祉法人 外園福祉会 外園保育園

〒693-0042 島根県出雲市外園町 204-1

http://sotozono-h.or.jp/

TEL.0853-28-0237 FAX.0853-28-0244

7月の献立表

※献立は変更する場合があります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 ごはん 野菜たっぷりつくね なすの煮びたし あっさりきゅうり キャベツのみそ汁 とうもろこし 牛乳	2 おやつ
4 わかめごはん 鮭の香味焼き ナムル じゃがいも煮 麩のみそ汁 玄米フレーク 牛乳	5 冷梅うどん マーボーなす タルタルトマト じゃがいもピザ	6 パン ポークビーンズ ごぼうサラダ 小松菜スープ ひじきおにぎり	7 七夕献立 お星さまピラフ 鶏肉のゆかり揚げ そうめんサラダ オクラスープ カルピスゼリー	8 ごはん あじの梅マヨ焼き じゃがいもきんぴら きゅうりとチーズの酢の物 アスパラのみそ汁 ホットケーキ 牛乳	9 おやつ
11 とうもろこしごはん 冷しゃぶ かぼちゃの小魚煮 いんげんごま和え 豆腐のみそ汁 じゃこトースト 牛乳	12 ごはん さばのみそ煮 じゃがいもハムソース なすのしそ炒め かきたま汁 麩ラスク ジョア	13 たらこスパゲティ ポテトチーズ焼き 野菜の中華風 ミネストローネ 五目おにぎり	14 ごはん 鶏肉の中華焼き 春雨サラダ こんぶピーマン かぼちゃのみそ汁 みかんゼリー	15 ごはん あじの南蛮漬け ココロサラダ なすのみそ汁 あべかわマカロニ 牛乳	16 おやつ
18 海の日	19 冷やし中華 かぼちゃの肉みそ焼き トマトの玉ねぎソース 梅こぶおにぎり	20 パン チーズミートなす 焼きじゃが きゅうりのみそディップ コーンスープ じゃこおやき	21 ごはん 鮭の照り焼き オクラ納豆 きゅうりの梅和え 切干大根のみそ汁 かぼちゃのガレット 牛乳	22 おまつりカレー献立 夏野菜カレーライス フルーツヨーグルト ひじきサラダ とうもろこし パン りんごジュース	23  はまっこ ドンドン まつり
25 梅じゃこごはん ぎょうつげ あらめ煮 パプリカマリネ なすのみそ汁 豆乳みるくもち	26 ごはん あじのネギソース じゃがいもチーズ 酢ごぼう オクラのみそ汁 くるくるパイ 牛乳	27 ジャージャーうどん 夏野菜の酢だれ 金時豆煮 わかめスープ ごはんピザ	28 ごはん 豚肉の生姜焼き そうめんうりのサラダ 梅人参 キャベツのみそ汁 ヨーグルトゼリー	29 親子丼 小魚マリネ かぼちゃ煮 いんげんガーリックソテー きな粉トースト 牛乳	30 おやつ



～おうちで食育～

やってみよう!
親子でクッキング



子どもが食に興味をもつきっかけにもなるクッキング。
子どもが「やってみたい!」と言いだしたときが始めどきです。
まだ手もとの危ない幼児期の子も、混ぜたり、和えたり、野菜をちぎったり、探せばできることはたくさんありますよ。
野菜が苦手な子どもも、自分で作った料理なら食べられるようになることもあるので、できそうなことからぜひチャレンジしてみましょう!