



すえさみこども園

小松市日末町二 111-3
Tel (0761) 44-2074
平成 30 年 6 月 1 日

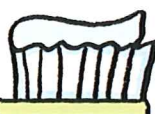


6月の園だよ

入園してからあっという間の二ヶ月。不安でいっぱいだった子ども達も今では「おはよう」と元気に登園しています。

梅雨の季節になります。雨の音や雨上がりの空、水たまりなど、梅雨ならではの自然を楽しみたいと思います。

6月4日～6月10日は
歯と口の健康週間です



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

先月 22 日に岸本歯科の先生に子ども達の歯科検診をして頂きました。未満児のお友達は白衣の先生を見て大泣きしていましたよ。一般児のお友達はしっかり挨拶をして大きな口を開けて診てもらうことができました。虫歯は早目の治療が大切です。虫歯が悪化したり広がらないうちにかかりつけ医の診察を受けましょう。診察後は黄緑色の受診結果の提出をお願いします。

日射病 熱射病に 注意

外で強い日ざしにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱射病。総称して熱中症といえます。

予防のポイント

外と家との温度差に注意
涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。

炎天下であそばない
日ざしが強いのは、午前 10 時ごろ～午後 2 時ごろ。この時間帯の外あそびは 30 分ほどで切り上げて。

こまめな水分補給
少量の水分を 30 分を目安に、こまめに飲ませます。

子どもを一人にしない
子どもを車や部屋に一人で残さないで、クーラーをつけていても危険です。



行事予定



日	曜日	行事	備考
1日	金	衣替え お米の日（一般児） 英語教室	制服は 10 月まで着用しません。 たんぼぼ、すみれ、さくら組はお米一合を持たせて下さい。
5日	火	いちごっこルーム みゆきの郷慰問（たんぼぼ組）	たんぼぼ組がおじいちゃん、おばあちゃんとの触れ合いを楽しんできます。
6日	水	内科検診	午後からです。みなとクリニックの先生が診てくださいます。
7日	木	柿の葉寿司作り	たんぼぼ組が中心となってみんなで作ります。
8日	金	保健の日（一般児） 英語教室	子どもたちと一緒に保健衛生について考えます。
12日	火	観劇（たんぼぼ組・すみれ組） いちごっこルーム	たんぼぼ、すみれ組が劇団「銀河鉄道」の劇を観に行きます。 詳しくは後日お知らせ致します。
13日	水	お楽しみ会	お誕生月のお子さんをみんなで祝いします。おじいちゃんおばあちゃんぜひおいで下さい！
14日	木	避難訓練	
15日	金	英語教室	
16日	土	保育参観と講演会（全児の保護者）	詳しくは後日お知らせ致します。
20日	水	いちごっこルーム	
22日	金	親子読書の日 英語教室	
25日	月	未満児身体測定	
26日	火	一般児身体測定	
27日	水	いちごっこルーム	
28日	木	スポーツ塾	体力測定を行います。
29日	金	英語教室	



※赤色の文字は保護者の方が参加して頂く行事です。

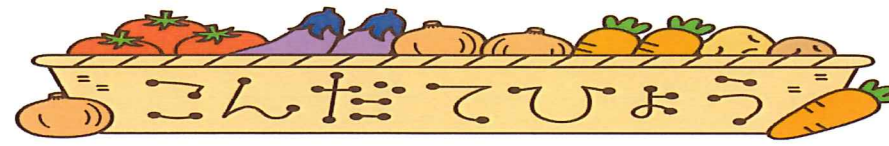
★7月の主な予定

- 5日（木）スポーツ塾開講式（すみれ・たんぼぼ組保護者）
- 7日（土）サマーフェスティバル（夏祭り）
- 26日（木）夏の思い出作り（たんぼぼ組）



給食だより

平成30年6月1日 すえさみこども園



あじさいが色づき始め、本格的な梅雨の季節がやってきます。この時期は、気温、湿度ともに高くなることから、体調をくずしやすくなります。また、食中毒が発生しやすい時期でもあり、注意しなくてはなりません。食中毒予防の基本は『手洗い』です。石けんを使ったきちんとした手洗いを習慣づけ、手はいつも清潔にしておきましょう。こども園においても、食材の取り扱いには十分に注意し、衛生管理に努めていきたいと思ひます。

よく噛んで食べよう！

6月4日は虫歯予防デー、そして4日～10日の1週間は歯と口の健康週間です☆
「ひみこの歯がい～ぜ」この言葉をご存知ですか？よく噛むと、良いことがたくさんあるんです！

- 「ひ」・・・肥満予防（早食いを防止し、食べすぎを防ぎます）
- 「み」・・・味覚の発達（食べ物の味が良くわかります）
- 「こ」・・・言葉の発達（歯並びが良くなり正しく発音できます）
- 「の」・・・脳の発達（脳細胞の働きを活性化します）
- 「は」・・・歯の病気の予防（唾液がたくさん出て、虫歯や歯周病を防ぎます）
- 「が」・・・がんの予防（唾液中の酵素には、発ガン物質の発ガン性を抑える働きがあります）
- 「い～」・・・胃腸快調（消化酵素がたくさん出て消化吸収を助けます）
- 「ぜ」・・・全力投球（健康な歯は、グッと噛みしめて力を発揮することができます。）

歯に良い食べ物

歯のお掃除をしてくれる食べ物



歯を強くする食べ物



6月は食育月間です☆

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎年6月は食育月間、19日は食育の日と定められました。この期間、全国ではさまざまな「食育」に関する取り組みが行われています。保育所やこども園に通う年齢の子ども達にとっての「食育」は、食に関する知識を身につけるよりもまず、「食に興味を持って、たのしく食べる」ということが大切だと考えています。この食育月間を機に、ご家庭でも、食育を意識してこども達と関わってみましょう。

旬です！

6月は小松とまと月間☆

6月16日は、石川トマトの日です。

小松市のトマト生産量は、県内1位！

小松とまと

月	火	水	木	金	土
				1	2
		献立表だよ	未満児の朝のおやつ 昼食 全児の午後のおやつ	お茶 ビスケット 八宝菜 揚げぎょうざ 梅かつお和え 牛乳 せんべい	お茶 ポーロ ロールパン ホワイトミニー 野菜ジュース
4	5	6	7	8	9
お茶 せんべい カレーシチュー（ポーク） ドレッシングサラダ トマト 牛乳 チーズタルト	牛乳 オレンジ 魚の煮つけ 小松菜の納豆和え 味噌汁 お茶 せんべい	お茶 ポーロ ちくわのいそべ揚げ かみかみサラダ すまし汁 アシドミルク110 クラッカー	低糖ヨーグルト 柿の葉寿司 甘辛肉団子 コールスローサラダ 味噌汁 牛乳 ドーナツ	お茶 ベビーチーズ すき焼き煮 ごま酢和え トマト ジョア ビスケット	お茶 ウエハース ロールパン ベビーチーズ 野菜ジュース
11	12	13	14	15	16
お茶 せんべい チキンカツ ちりじゃこサラダ 野菜スープ 牛乳 豆乳もち	お茶 バナナ 煮込みハンバーグ トマトときゅうりのピクルス チンゲンサイのスープ 牛乳 バームクーヘン	お楽しみ会 カレーピラフ 鶏の唐揚げ ツナサラダ 照とトマトのスープ 新お米のムース	牛乳 りんご マーボー豆腐 蒸しシュウマイ ほうれん草のナムル お茶 せんべい	お茶 ウエハース 魚の甘酢ソース キャベツのごま和え 味噌汁 牛乳 ジャムロール	お茶 ポーロ ロールパン 国産いちごのムース 牛乳
18	19	20	21	22	23
ジョア	アシドミルク65 バナナ	低糖ヨーグルト	お茶 せんべい	ヨーグルト和え	お茶 ポーロ
豚肉のしょうが焼き パンパンサラダ 味噌汁 牛乳 大麦じゃが芋餅	豚肉と大豆の磯煮 パンサンスー 国産みかんゼリー 牛乳 せんべい	チキンクリームシチュー ひじきサラダ トマト ジョア ウエハース	ホイコーロー アニマルチーズ 味噌汁 野菜ジュース クラッカー	カレーうどん ポイルウインナー トマトサラダ アシドミルク65 ビスケット	お茶 ロールパン ホワイトミニー りんごジュース
25	26	27	28	29	30
アシドミルク65 せんべい ピーマンシチュー トマトのバジルサラダ バナナ 牛乳 大麦入り甘納豆おはぎ	低糖ヨーグルト 魚のかば焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 牛乳 クラッカー	お茶 バナナ 豚肉と大根の煮物 揚げ大豆の小魚がらめ トマト 牛乳 ぶどうパン	ジョア 鶏肉のマーマレード煮 トマトのごま酢かけ 味噌汁 牛乳 ビスケット	お茶 アニマルチーズ	お茶 ポーロ クロワッサン 国産ぶどうゼリー 牛乳

★都合により献立が変更になる場合があります。6月1日にお米1合お願ひします（たんぼぼ・すみれ・さくらぐみ）6月7日は柿の葉寿司作りです。6月13日はお楽しみ会です。両日、白ご飯はいりません。

元気な体を作るために

- ★1日3食きちんと食べる
- ★早寝早起き
- ★元気に遊ぶ



小松市の特産農作物である「小松とまと」が出荷のピークを迎えています。新鮮で瑞々しく、うまみたっぷりの小松とまと。この美味しさを、ぜひ子ども達に伝えたい！そんな思いから、6月の献立には、給食担当者会（※）で開発した小松とまとメニューを積極的に取り入れています。

旬は、野菜のおいしさと栄養価が高まる一方、価格は下がり、求めやすくなるという良いことづくし。ご家庭でも、ぜひこの機会に地元の美味しさを味わってみてください。

子ども達が地元の農産物を大好きになれるよう心から願ひ、今後も地産地消に取り組んでいきたいと考えております。

トマトを食べて元気！！



※給食担当者会…市内保育施設の栄養士・調理員からなるグループ