



すえさみこども園

8月の園だより

小松市日末町二 111-3

Tel (0761) 44-2074

令和7年8月1日



8月行事予定



※赤色の文字は保護者の方が参加して頂く行事です。

日	曜日	行事	備考
1日	金	英語教室	
4日	月	学校安全の日 スポーツ塾(たんぽぽ、すみれ組)	子どもたちと一緒に保健衛生について考えます。
5日	火	避難訓練	全児で避難訓練に参加します。
6日	水	保育参加(さくら組)	詳細はお便りをご覧ください。
7日	木	保育参加(さくら組) スポーツ塾(たんぽぽ、すみれ組)	
8日	金	保育参加(さくら組) 英語教室 布団持ち帰り	
20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。
21日	木	スポーツ塾(たんぽぽ、すみれ組)	
22日	金	英語教室 親子読書の日	
25日	月	未満児身体測定 視力検査	視力検査は、3, 4, 5歳児対象です。
26日	火	一般児身体測定 視力検査	
27日	水	視力検査	
28日	木	スポーツ塾(たんぽぽ、すみれ組)	
29日	金	英語教室 布団持ち帰り 9月のお便り送信	9月号のお便りをブログで送信します。

気をつけたい 夏風邪

特徴



咽頭結膜熱(プール熱)

その名のとおり、のど(咽頭)と目(結膜)に炎症が起こり、高熱が出ます。白目が充血(赤くなる)し、まぶたが腫れたり、涙や目やにが出たりします。

- 感染力が強いです。家族みんなでこまめに手を洗い、タオル等の共有はやめましょう。

【登園再開の目安】
熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

特徴

ヘルパンギーナ

突然、高熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2~3日ほどで破れて潰瘍になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。

- 回復後も飛沫や鼻汁からは1~2週間、便からは数週~数か月間、ウイルスが排出されます。

【登園再開の目安】
熱や口の中の水ぶくれ、潰瘍が治まり、普通の食事がとれるようになったら

特徴

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのが嫌になります。この時に熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができ痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

- 回復後も飛沫や鼻汁からは1~2週間、便からは数週~数か月間、ウイルスが排出されます。

【登園再開の目安】
熱や口の中の水ぶくれ、潰瘍が治まり、普通の食事がとれるようになったら

☆令和8年度入園ご希望の方がおいでしたら、園までお知らせください。

8月の園児数は
71人です。



お知らせ

10月23日(木) 予定しておりました、スポーツ塾閉講式は園内改修工事のため、11月6日(木)に変更になりました。この日は保護者の方1名まで参観できます。詳細は追ってお知らせいたします。なお9月からのスポーツ塾参観は中止となっております。スポーツ塾の様子をビデオ回覧いたします。ご協力お願いいたします。

佐美町の東崎倉庫運輸様よりご寄付をいただき、沢山の玩具、保育教材を購入することが出来ました。

子どもたちも、とても喜んでおります。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。





食事だより

令和7年8月1日 すえさみこども園



こんだてひょう

照りつける太陽やセミの鳴き声で夏本番らしくなってきました。暑い夏を元気に過ごすためにも、規則正しい生活とバランスのとれた食事を心がけましょう。

夏野菜を食べて暑い夏を乗り切りましょう！



毎日暑くて食欲がない！こんな時期こそ夏野菜の出番です。周年栽培のおかげで一年中目にする野菜でも、旬の時期にはおいしさや栄養価がアップします。

ナスの紫は
アントシアニン♪
血行を改善してくれるよ！
ヘタのトゲが
触ると痛いものが新鮮！
ずっしりと重みがあるものが
おいしいよ☆

ナス



トマト



トマトの赤はリコピン!!
日焼けした肌を助ける
チカラになるよ！
皮に張りがあるもの、お尻の
部分の放射状の線がはっきり
しているものを選んでね♪

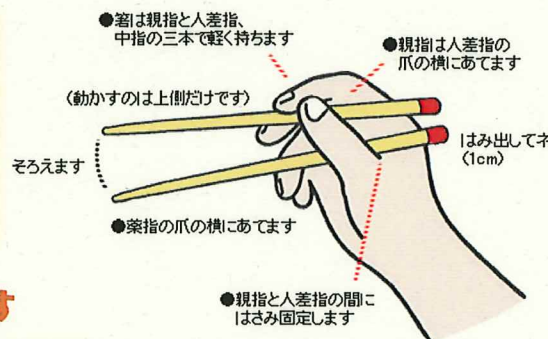
ピーマン



ビタミンCを
多く含むのは
1 あか
2 きいろ
3 みどりの順だよ！

★ 8月4日は箸の日！正しく持てるかな？

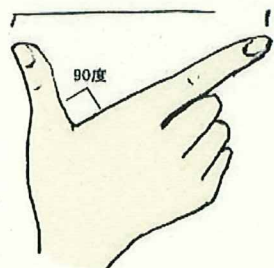
和食の時に必ず使う箸は、私たち日本人の食事の道具として、欠かすことができません。また、和食は、箸だけでほとんどの料理を食べることができます。この日本独特の箸文化を長く伝えていくためにも、正しい箸の持ち方をきちんと身につけておきたいですね。箸を正しく持つことができると、見た目に美しくだけでなく、料理が食べやすくなります。



★ 箸を正しく持つには、長さも重要です

適切な長さは一咫の1.5倍！

一咫(ひとあた)×1.5倍



適切な箸の長さ目安は、親指と人差し指を直角に広げた長さ(一咫/ひとあた)の1.5倍。または身長約15%を目安として覚えておくとよいでしょう。
◎箸の目安

箸サイズ	身長	年齢
13cm	100cm	～2歳
15cm	100～110cm	3～4歳
16cm	110～120cm	5～6歳

練習は遊びの中で

食事の最中にお箸の練習を始めてしまうと、子供は食べることに集中できなくなり、食欲も低下してしまいます。練習は、食事以外の時間でさせてくださいね。そして、うまく使えた時は、たくさん褒めてあげましょう。

※8月20日はお楽しみ会です。白ご飯はいりません

※《》は未満児に対しての代替献立です

日	曜日	午前間食	主食	昼 食	午後間食	
1	金	牛乳 オレンジ	ごはん	卵とじ煮 ちくわのいそべ揚げ トマトときゅうりのピクルス	ジョア ビスケット	
2	土	ジョア せんべい	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	牛乳 ウエハース	
4	月	牛乳 バナナ	食パン	鶏肉のマーマレード煮 スパサラダ たまごとわかめのスープ	ヨーグルトあえ	
5	火	お茶 ビスケット	ゆかりごはん	カレー肉じゃが じゃこときゅうりの梅ドレッシング和え すいか	牛乳 せんべい	
6	水	お茶 チーズ	ごはん	魚の立田揚げ オクラの納豆あえ 味噌汁	牛乳 ジャムサンド	
7	木	お茶 ヨーグルト	ごはん	ビーフシチュー ブロッコリーと卵のサラダ バナナ	牛乳 ビスケット	
8	金	お茶 ウエハース	ごはん	豚肉と大豆の磯煮 ごま酢あえ トマト	牛乳 パームクーヘン	
9	土	ジョア ビスケット	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ 野菜ジュース	牛乳 せんべい	
11	月	山の日				
12	火	お茶 ポーロ	ごはん	冷やし中華 むしシューマイ ひじきナムル	ジョア クラッカー	
13	水	お茶 せんべい	ごはん	白身魚フライ オクラの酢の物 コロコロスープ	飲むヨーグルト ビスケット	
18	月	ジョア バナナ	食パン	かぼちゃとなすのミートソースかけ アニマルチーズ 大根スープ	牛乳 せんべい	
19	火	お茶 ビスケット	ごはん	江戸っ子煮 切干大根のゴマネーズあえ	牛乳 パームクーヘン	
20	水	お茶 せんべい	トマトの炊き込みご飯 タンドリーチキン 春雨サラダ チンゲン菜のスープ			アイスクリーム 《ホワイトミニ》
21	木	お茶 ヨーグルト	わかめごはん	茄子と鶏肉の南蛮漬 はるさめスープ バナナ	牛乳 プチたい焼き	
22	金	牛乳 ポーロ	ごはん	豆腐ハンバーグ トマトのバジルサラダ わかめスープ	牛乳 モンティクリスト	
23	土	ジョア せんべい	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ りんごジュース	牛乳 ビスケット	
25	月	お茶 チーズ	ごはん	魚の南蛮漬 マセドアンサラダ 味噌汁	牛乳 マカロニきなこ	
26	火	牛乳 ビスケット	ゆかりごはん	岩石揚げ きゅうりの南蛮 とうがんのスープ	ジョア クラッカー	
27	水	お茶 バナナ	カレーライス	カレーシチュー(夏野菜入り) ドレッシングサラダ	牛乳 牛乳もち 《せんべい》	
28	木	お茶 せんべい	ごはん	なすみそ炒め トマト コーンかきたまスープ	牛乳 ウエハース	
29	金	お茶 オレンジ	食パン	チキンクリームシチュー 小松とまとの梅スパサラダ 梨	牛乳 芋けんぴ 《ビスケット》	
30	土	ジョア ビスケット	クロワッサン	ロールパン アニマルチーズ 野菜ジュース	牛乳 せんべい	

【園から提供する1日当たりの栄養量】

◆以上児栄養目標量	エネルギー386kcal	たんぱく質11.0～24.9g	脂質11.9～18.1g	食塩相当量1.6g未満
今月の以上児平均栄養量	エネルギー370kcal	たんぱく質15.2g	脂質16.4g	食塩相当量1.3g未満
◇未満児栄養目標量	エネルギー489kcal	たんぱく質12.2～24.5g	脂質10.9～16.3g	食塩相当量1.5g未満
今月の未満児平均栄養量	エネルギー443kcal	たんぱく質16.3g	脂質15.5g	食塩相当量1.3g未満
◆以上児(3, 4, 5歳児)	◇未満児(0, 1, 2歳児)			