



園だより

2026. 7. 1
大井町えほん保育園
園長 小關美佐子

先月は5歳児さんのナイト保育がありました。ペインティング遊びやスーパーへのお買い物、夕飯の焼きそば作りなど、いつもと違う保育園を楽しめたのではないのでしょうか。

暑さの厳しい時期になり外での活動は難しくなっていますが、代わりに水遊びなど夏らしい過ごし方で暑い夏を乗り越えていきたいと思います。水遊びは思ったよりも体力を消耗します。大人でも水に足を付けていると足がだるくなるように、水遊び後の子ども達は午睡もぐっすり寝ています。また、七夕など、季節を感じながら楽しめる行事もあります。短冊作りにご協力お願いいたします。子どもたちと一緒に楽しんでまいります。今年の夏も暑い日が続くと思いますが、外に出れなくてもホールで体を動かしたいと思います。この時期は夏の暑さだけでなく冷房の冷えからも体力をいつも以上に奪われます。引き続きお子様の体調につきましては情報共有をさせていただきながら、十分に体調管理に気を付けて参りたいと思います。ご家庭でも下痢や嘔吐、発疹がみられた時、また鼻水が止まらない時は登園前の受診をお願い致します。



< 7月の予定 >

- | | | |
|--------|--------------------|---------------------------|
| 7日(火) | 七夕会 | ●体育指導 2日・9日・16日・23日 木曜日PM |
| 14日(火) | すくわく名画アート
0歳児健診 | ●英語 毎週月曜日(0,1歳児は隔週) |
| 16日(木) | 幼児体操写真撮影 | ●課外英語 基本毎週火・水曜日 |
| 23日(木) | 避難訓練 | 7日(火)・22日(水)はお休みです。 |
| 24日(金) | お誕生会 | |



☆☆お知らせ☆☆

◆先月は6月13日(土)に運営委員会を開催いたしました。運営委員の皆様、ご意見頂きありがとうございます。内容についてはコドモン資料室と事務所前カウンターに置いてありますのでご覧ください。

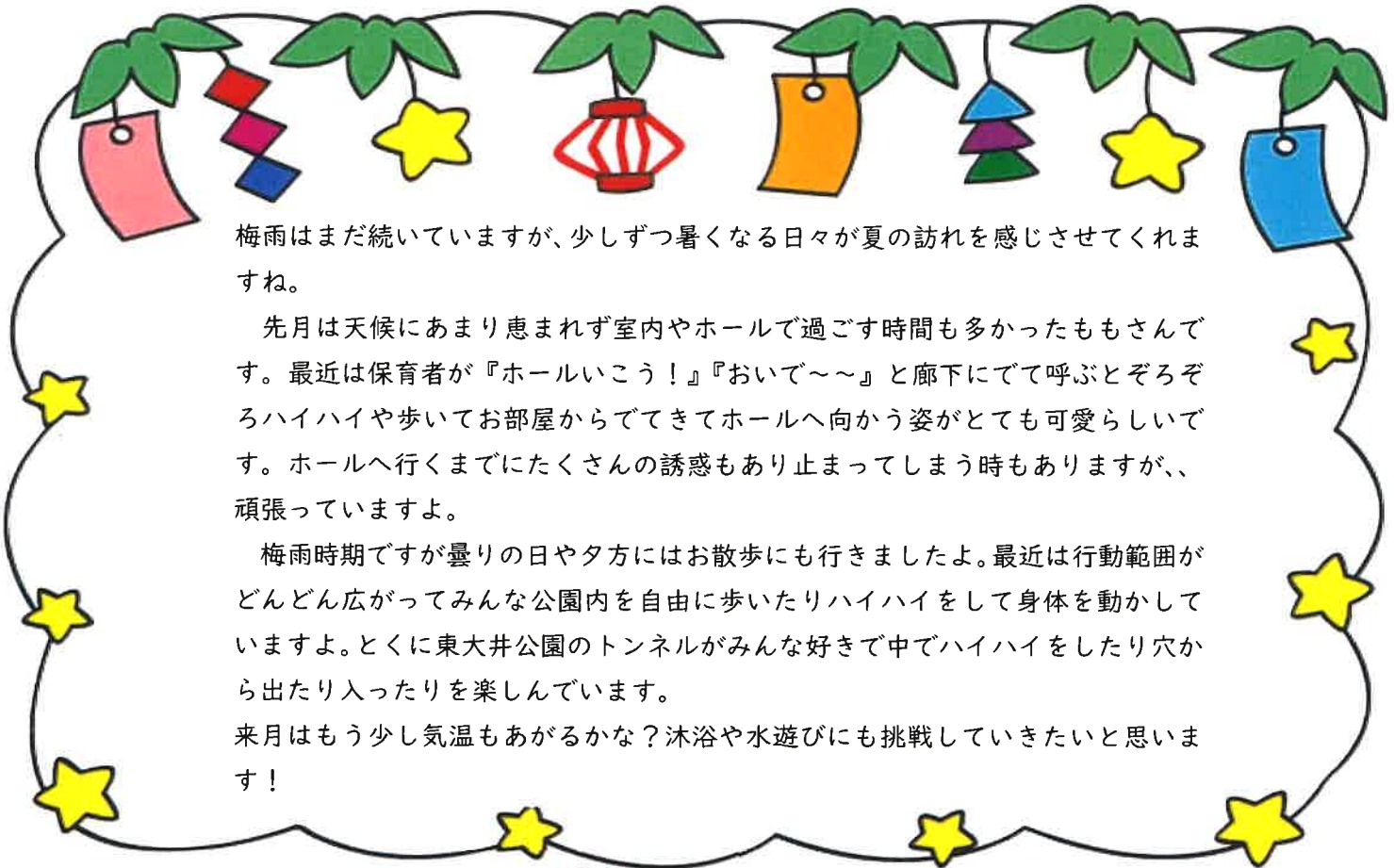
◆『**本日の暑さ指数**』を園では【**熱中症予防サイト**】を確認して**事務所前廊下 右手のホワイトボード**に掲示しております。また熱中症計でテラスの気温等を測って水遊びを実施しております。その日の温度・湿度によっては**戶外活動(水遊びも含む)**を実施できない日もありますのでご了承ください。その場合は **ホール**等で身体を動かして遊びます。またお子様の体調によっては園側で中止とさせていただく事もございますので、ご了承ください。

◆【**しなほん読み聞かせ会**】品川区の高齢者による「**絵本読み聞かせ会**」を今月も幼児さん対象に27日(月)に実施いたします。地域交流の一環で高齢者の方と触れ合う良い機会かと思ひます。子どもたちも保育士とは違う読み手さんの読み聞かせを楽しんでいます。

ももぐみだより



2026.7.1 大井町えほん保育園



梅雨はまだ続いていますが、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれますね。

先月は天候にあまり恵まれず室内やホールで過ごす時間も多かったももさんです。最近では保育者が『ホールいこう!』『おいで〜』と廊下にて呼ぶとぞろぞろハイハイや歩いてお部屋からでてきてホールへ向かう姿がとても可愛らしいです。ホールへ行くまでにたくさんの誘惑もあり止まってしまう時もありますが、頑張っていますよ。

梅雨時期ですが曇りの日や夕方にはお散歩にも行きましたよ。最近では行動範囲がどんどん広がってみんな公園内を自由に歩いたりハイハイをして身体を動かしていますよ。とくに東大井公園のトンネルがみんな好きで中でハイハイをしたり穴から出たり入ったりを楽しんでいます。

来月はもう少し気温もあがるかな? 沐浴や水遊びにも挑戦していきたいと思います!



しょうごさん

1さいのおたんじょうび

おめでとう!!

先月はお忙しい中保護者会に参加していただきありがとうございました♡

送迎時に担任が不在の時もありますが何かありましたらコドモンお知らせして頂ければ面談もできますので気軽にお話しくださいね!

今月のねらい

- ・安全で楽しい雰囲気の中で、少しずつ水に慣れて遊ぶ。
- ・自分が楽しいと思う遊びを見つけ、くり返し遊ぶ。
- ・ゆったりと落ち着いた雰囲気の中で安心して食事や睡眠をとる。

たるまん



今月の絵本

さく かがくい ひろし

出版社 ブロンズ新社

0歳児クラスの定番の絵本ですね! びろーんや最後ののこってつい笑顔になってしまいます。違うシリーズも読んでみたいと思います!





くるみぐみだより

大井町えほん保育園

2026.7.1

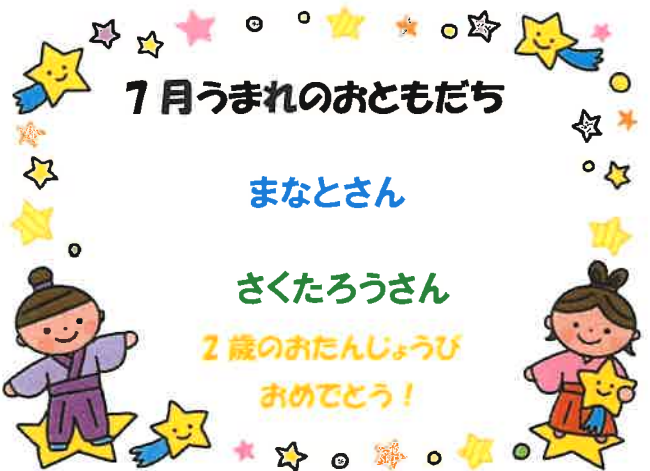
梅雨明けが待ち遠しいこの季節ですが子どもたちは元気いっぱいに過ごしています。引き続き、子どもたちの体調に気をつけ元気に活動していければと思います。先月は、保護者会のご参加ありがとうございました。お子様の事で何かございましたらお気軽にご相談ください。

最近の戸外活動では紫陽花やアリ、ダンゴムシを見つけて大喜びのくるみ組さん。「あじさい!」「アリ!」と季節ならではのものに触れながら活動を楽しむ姿が見られます。だんだんと気温が高くなってきますので、こまめに水分補給をして、戸外活動の時間を調節したりと熱中症対策も欠かさず行っていきたいと思います。

風邪症状や体調が優れないときには水遊びができませんので、症状が見られましたら早めの通院、お家での休養をお願いいたします。暑い夏も健康に乗り越えていきたいと思っております!

今月のねらい

- ・保育者や友だちと夏ならではの遊びを楽しむ。
- ・手洗い、衣服の着脱など簡単な身の回りの事を自分でやってみようとする。



7月うまれのおともだち

まなとさん

さくたろうさん

2歳のおたんじょうび
おめでとう!

新しいがお友だちが来ました!!

お部屋に掲示しますので

よろしく申し上げます。

おねがい

- ・衣服に名前が記入されているか再度確認をお願いします。
- ・安全の為、手足の爪を短く切ってください。

くだもの

今月の絵本

くだもの

平山和子 さく
福音館書店

たくさんのくだもの絵に嬉しそうに反応しています。バナナといちごが人気です!





7月 はなみずきだより

梅雨はまだつづいていますが、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれます。先月より水遊びが始まり子ども達の目がいつもよりキラキラしています。朝一番に今日何するの？どこ行くの？と保育士に活動の内容を聞いて来るようになり、内容を伝えると喜んでいきます。保護者会で少しお話ししたトイレでの排泄もバナナとスイカのイラストを貼ることで興味を持つ様子。自分で選んでおこなうことができるのも好きなように選んで座り排泄をすることも増えてきました。ご家庭でのトイレの様子も聞かせて下さい。また着替えに関しても水遊びや給食後の着替えを自分で出来るところを行なおうとする様子も見られています。ズボンを履くことに慣れてきましたが、上の洋服の袖が難しく保育士一緒と袖を引っ張りながら行っていっています。



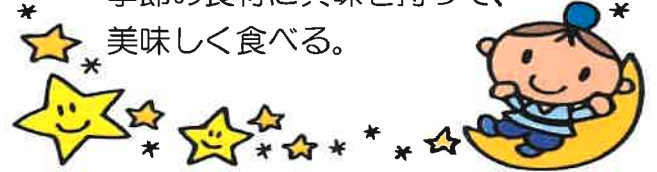
<お知らせ>

子ども自身が着替えを行いやすいように洋服のサイズや脱ぎ着しやすい服を保育園に持ってきていただくと助かります。子ども達の「できない」を「できた!!」に変えて身の回りのことを自分自身で出来る経験を多く持てたらと思っています。寒暖差が厳しく服装選びに悩む中とは思いますが、よろしくお願致します。



今月のねらい

- * ・水を使った遊びなど、夏ならではの遊びを楽しむ。
- * ・季節の食材に興味を持って、美味しく食べる。



〇おすすめえほん〇

「いちご」

ぶん・え：こが ようこ
作品の中で思わず「ぱくっ」と食べたくなる一冊です。個人でもみんなに読み聞かせても、最後にはもう一回や僕にもちょうだいと言ってしまいます。



7月おたんじょうびのおともだち ももさん

3才のおたんじょうび おめでとうございます。





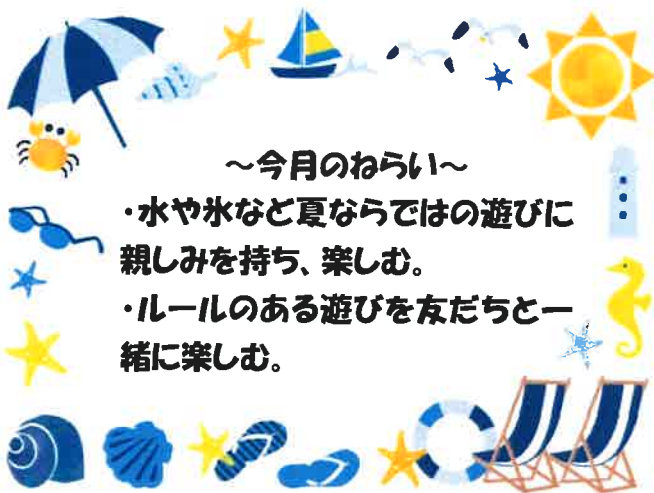
かえでぐみだより

2026.7.1

大井町えほん保育園



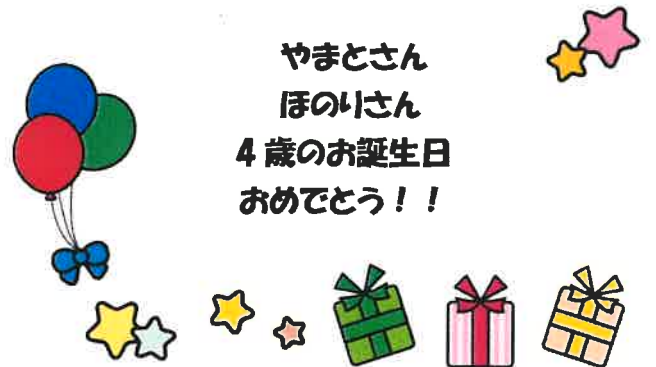
暑い暑い夏が、やってきました！たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、元気に過ごしていきたいと思います。また、夏ならではの体験を取り入れながら、今月も思いっきり楽しみたいと思います。先月はお忙しい中、保護者会へのご参加ありがとうございました。質問やご意見がございましたら、いつでもお声がけください！製作では、七夕飾りに挑戦したかえで組さん。クレヨンで織姫・彦星の顔を描いたり、スパッタリングと言う技法で夜空を表現してみました。7月1日からホールのシンボルツリーに飾りますので、ぜひご覧ください！



～今月のわらい～

- ・水や氷など夏ならではの遊びに親しみを持ち、楽しむ。
- ・ルールのある遊びを友達と一緒に楽しむ。

HAPPY BIRTHDAY



やまとさん
ほのいさん
4歳のお誕生日
おめでとう！！



おねがい

- ・暑い日が続くため着替えを多めに持参してください。すべての物に記名をお願いします。
- ・フールバック・水筒のご準備ありがとうございました。引き続きよろしくをお願いします。
- ・保護者会でお伝えしましたとおり、夏頃からクッキングを行いたいと思います。エプロン・三角巾等必要な物の準備をお願いします。(日程は決まり次第、ホワイトボードに掲示させていただきます。)

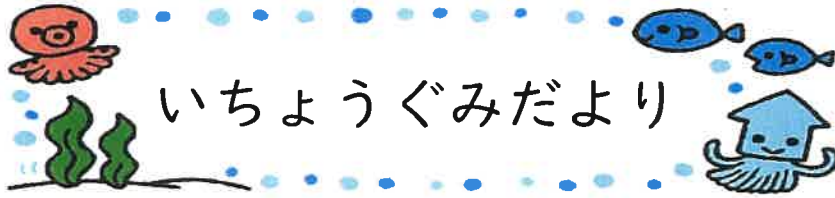
お気に入りの絵本

「はっぱのおうち」
出版社：福音館書店
作：征矢清
絵：林明子

はっぱのおうち



梅雨の時期に読んでいる一冊です。
ぜひ、お家でも読んでみてください！



いちようぐみだより

2026.07 大井町えほん保育園 いちよう組

梅雨はまだ続いています、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれます。雨が続いていても子どもたちはいつも元気いっぱいです。もうすぐ七夕。「なにをおねがいしようかな～」と短冊に書く内容を考えている可愛いいちよう組さんです。

6月は水遊びがスタートしました。上旬は寒い日が続いていて、なかなかできませんでした。水遊びを予定していない天気の良い日には他クラスに混ざって楽しみました。新しい水遊び用のおもちゃもあり、大喜びです。また、シャワーで虹が見えると「つかみたい！」と一生懸命つかもうとしています。引き続き、夏ならではの遊びを楽しんでいきたいと思っています。

水遊び前に看護師よりプライベートゾーンの話がありました。男女分かれての着替えは4月からおこなっておりますが、水遊び後の着替えも分かれていきます。ラップタオルにくるみながら自分で着替える練習をしています。少し難しそうではありますが、個別に着替える順番を伝えながら、自分で頑張っていますよ。



今月のねらい

- ・野菜の成長や変化に興味を持ち、観察やお世話を楽しむ。
- ・友だちや保育者に自分の気持ちを言葉やしぐさで伝え、一緒に遊ぶことを楽しむ。

～おねがい～

- ・ラップタオルのスナップボタンは、必ずお家でつけてきてください！
- ・水遊びがない日でも汗をかいたらシャワーを浴びることもありますので、○×を9時までに入れてください。

お箸を使っでの遊びを楽しんでいます。小さなポンポンを箸でつかんでうつつしています。「おうちでつかってるよ」「あまりやってないけどやってみたい！」と挑戦する子もおります。園でも一人ひとりに合わせて少しずつ練習をしていきたいと思っています！

お気に入りの絵本



『おともだちえほん』

監修：高濱 正伸

絵：林 ユミ

出版社：日本図書センター

おともだちとの関わり方や相手の気持ちなど、おともだち関係の基本がかいてあります。「こんなときあるね」と実際あったことを思い返しながらみえていますよ。おともだちを大切にしようと思える素敵な絵本です♡



7がつうまれのおともだち

りくさん

おめでとう♡



けやきぐみだより

2026・7 大井町えほん保育園 けやき組

梅雨から夏にかけて、気候の変化を大きく感じる時期。子どもたちの体調管理に気をつけながら、今月も楽しく過ごしていきたいと思います。

先月はナイト保育がありました。友だちと話し合ったり協力して準備を進める姿に成長を感じました。当日はお天気にも恵まれ、ボディペインティング、お買い物、雨降りごっこ、焼きそば作りと盛りだくさんの楽しい1日を過ごすことが出来ました。最後の帰りの会では保護者の皆様にもご参加いただき、ありがとうございました。緊張している子も多かったですが、みんなの前で発表する良い機会となりました。今後もみんなの前で発言する機会を多く作っていかたいと思います。

今月から8月の夏祭りに向けて幼児クラス全員で準備を進めていきます。年長児として他クラスの友達を引っ張っていけるよう援助していきたいと思います。みんなで協力して準備を進めながら、夏祭りへの期待感を高めていき、楽しい夏祭りになるようにしたいと思います。

引き続き水遊びも楽しんでいきたいと思いますので、水遊びセットのご準備と〇×の入力をお願いいたします。後半は玩具を手作りして楽しむ時間も作っていかようと考えています。



<今月のねらい>

- ・園生活に見通しを持ち、自分で考えて行動し、健康で過ごす。
- ・夏の自然や身近な動植物の生長や変化に興味や関心を持って楽しむ。

★7がつうまれのおともだち★

- るいさん
- ふようさん
- (いぬ) りくさん
- 6さいおめでとう



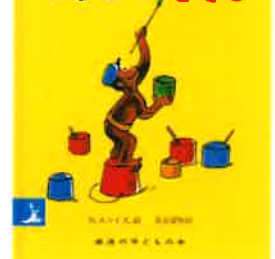
<おねがい>

・就学に向けて自分で荷物の用意をしたり、荷物を持ってくる習慣をつけていけたらと思います。お忙しい中大変かと思いますが、見守っていただきたいです。

おすすめえほん

「ひとまねこざる」
 文・絵：H. A. レイ
 訳：光吉 夏弥
 発行：岩波書店

ひとまねこざる





ほけんだより 7月号



令和8年7月1日
大井町えほん保育園
看護師

本格的な夏がすぐそこまで来ています。まもなく子どもたちの大好きな水遊びも始まり、夏ならではの楽しみがたくさん待っています。気温も湿度も一気に上昇していくこれからの季節、食事や睡眠にはいつも以上に気を配っていきましょう。

夏風邪に注意しましょう！

★咽頭結膜熱（プール熱）

その名のとおり喉と目に炎症が起こり高い熱が出ます。うつりやすいため家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどの共有は避けましょう。

【特徴】38～40の高い熱が数日つづくこともある
のどが痛む

白目が充血する、まぶたが腫れる、涙や目やにが出る

【登園の目安】熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

★ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て数日続きます。口の中に水ぶくれができ2～3日ほどでやぶれて潰瘍になり痛みます。原因となるウイルスが複数あるため繰り返してかかることもあります。

【特徴】口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる

高い熱が数日続くことが多い

【登園の目安】熱や口の中の水ぶくれや潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになってから



★手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのために飲んだり食べたりすることを嫌がります。熱を伴わないこともあります。その後手のひらや足の裏に赤っぽい水ぶくれができます。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。

【特徴】口の中のぼつぼつが痛むため飲食を嫌がる

手のひらや足の裏にぼつぼつが出来る

【登園の目安】熱や口の中の水ぶくれや潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになってから



夏風邪と診断されたら…

これらの夏風邪は特効薬がありませんので休むことがいちばんの薬です。しっかり休んで回復させる方がぶり返しにくく長引きません。

また口の中や喉に痛みが出やすいので食べることを嫌がりがちです。アイスクリームやゼリーなど喉ごしの良い物など食べやすい物を少しずつ食べましょう。脱水にならないように水分も飲ませるようにしましょう。

歯科検診がありました！

6/17 に歯科検診がありました。今回、虫歯を指摘されたお子様はいませんでした。これからも歯磨きや定期的なフッ素塗布、シーラントなどで虫歯予防を継続していきましょう。

しかし、最近の子どもたちは昔に比べると顎が小さく、将来的に矯正が必要になる子が増えてきているようです。顎の発達には「噛む」ということが重要です。保育園では月に2回「噛み噛みデー」といっておやつにおしゃぶり昆布やかみかみ小魚などを添えて提供しています。ぜひ、ご家庭でも「噛む」を意識した食材を取り入れてみてください。

プライベートゾーンについて

プライベートゾーンとは「他人に見せても触らせてもいけない、性に関係のある、自分の体の大切な場所」のことです。「自分の体は全部大切だけれど、プライベートゾーンは特に大切な場所。他人に見せたり触らせたりしないんだよ。」ということをお話しました。

幼児期の子どもに性教育は早いのでは？と思う方もいらっしゃるかもしれませんが、近年では小さな子どもを狙った性犯罪も多く男女を問わず被害にあう可能性があります。

子どものうちから「どこ」を触られたり見られたりしてはいけないのかということ、「嫌だ」といって逃げること、信頼できる大人に相談することを伝えていき、小さな子どもが性犯罪に遭うことを防いでいきたいと思っています。

おすすめレシピ

☆サモサ☆

<子ども2人 大人2人分>

- 餃子の皮.....70g
- ツナ缶.....25g
- じゃがいも.....125g
- コーン.....50g
- ケチャップ.....1g
- 塩.....0.05g
- 揚げ油.....適量



<作り方>

- ① ジャがいもは皮をむき、茹でて熱いうちにつぶします。
 - ② ①にツナ、コーンを入れ、調味料と混ぜます。
 - ③ 餃子の皮に包んで半月型にします。
 - ④ 油で揚げます。
- (餃子の皮に油を塗ってオーブンで焼くと簡単にできます。)

世界の料理 「インド」

インド料理は、地域ごとの多様性とスパイスの豊富さが特徴です。北インドでは小麦、南インドでは米を主食にしています。インドには右手が「浄」という考えがあり、食事は右手で食べる文化があります。

給食では豆入りキーマカレー、おやつではサモサ風を提供します。



行事食 「七夕」

星祭りとも呼ばれ、天の川をはさんで離れて暮らす織姫と彦星が年に一度だけ会えるとされる日です。短冊に願いを書いて笹の葉に飾る風習は、日本全国で広く親しまれています。

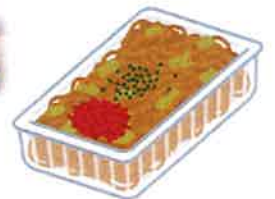
また、七夕にそうめんを食べると無病息災で過ごせるという言い伝えがあります。



食育風景

先月、けやき組さんとナイト保育があり夕食の焼きそばを一緒に作りました！

にんじんをピーラーでむいて、包丁で長さを切ったり、キャベツをちぎって準備し、材料を炒めて、麺を入れて蒸し焼き・味付けするところまで全て子どもたちと頑張りました！



けやき組さんのお部屋で焼きそばを盛り付けるのはナイト保育だけの特別！子どもたちも大喜びで、おかわりまでしてくれましたよ！

Q&A

Q こどもが少食で心配です

A 食べる量には個人差がある

「まわりの子に比べて全然食べない」と悩んでいても、その子にとっては適量ということがあります。

元気に過ごしていて、母子健康手帳の身体発育曲線に沿って成長しているようであれば大丈夫です。お菓子を食べすぎたりしないように、規則正しい生活を心がけ、食事の時にしっかりおなかが空くようにすることが大切です。幼児期の間食は3度の食事以外に時間を決めて、お菓子だけでなく、おにぎりなど軽めの食事を用意すると栄養補給になります。





2026年 7月 献立表



大井町えほん保育園

【3才以上児】

日付	給食	午後おやつ	からだの血や肉に なるもの	からだの熱や力に なるもの	からだの骨や こまめなるもの	その他	1食分 - たんぱく質 脂質
1 (水) 15 (水)	ごはん とりのしおこうじやき かぼちゃさらだ みそしる めろん	かみかみでー(2~5さいじ) ぎゅうにゅう おふらすく かみかみこざかな	鶏もも肉, サラダチー ズ, 油あげ, 牛乳, 小魚	精白米, サラダ油, マヨ ドレ, 心・観世心, 無塩 バター, グラニュー糖	たまねぎ, ビーマン, か ぼちゃ, きゅうり, レー ズン, なす, メロン(温室 知)	塩麹, 塩, だし汁(か つお・昆布), 味噌 (米)	575kcal 26.4g 20.6g
2 (木) 30 (木)	さらだうどん ぶたにくとかぼちゃのごまみそいため ばななよーくると	ぎゅうにゅう はむびらふ	ツナ缶, 豚もも肉, フ レーンヨーグルト, 牛 乳, ロースハム	うどん(ゆで), サラダ 油, 白ゴマ, 上白糖, 精白 米	きゅうり, にんじん, ト マト, カットわかめ, か ぼちゃ, たまねぎ, パナ ナ, ビーマン, 冷凍コー ン	だし汁(かつお・ 昆布), みりん, しょ うゆ, 味噌(米), 酒, サブリ米(鉄分), 野 菜パイオン, 塩	576kcal 29.2g 15.3g
3 (金) 17 (金)	ごはん しらすいりたまごやき おくらのおなつうあえ みそしる	ハじおやつ ぎゅうにゅう なつやさい なほりたん	卵, しらす干し, 挽きわ り納豆, かつお節, 牛乳, ウイパー・リセージ, 粉チー ズ	精白米, サラダ油, 上白 糖, スパゲティ	長ねぎ, キャベツ, オク ラ, 緑豆もやし, にんじ ん, とうがん, たまねぎ, なす, ビーマン, 冷凍 コーン	だし汁(かつお・ 昆布), みりん, しょ うゆ, 味噌(米), ケ チャップ, 中濃 ソース	564kcal 25.7g 17.6g
4 (土) 18 (土)	わふうあんかけどん あつあげのしょうがいため みそしる	ぎゅうにゅう ゆかりごはん	豚もも肉, 生揚げ, 牛乳	精白米, 上白糖, 片栗粉, ごま油, じゃがいも	たまねぎ, にんじん, 干 ししいたけ, こまつな, しょうが, カットわか め	だし汁(かつお・ 昆布), みりん, しょ うゆ, 酒, 味噌(米), ゆかり	559kcal 22.9g 12.4g
6 (月) 21 (火)	はやしらいす ほうれんそうのつなさらだ こんそめすーぶ よーくると	ぎゅうにゅう ばななの すていっくけーき	豚もも肉, ツナ缶(油漬 け), ヨーグルト, 牛乳	精白米, 押麦, サラダ油, 米粉, 上白糖, じゃがい も, パナナのスティッ クケーキ	たまねぎ, にんじん, マ ヨドレ(水煮缶詰), にん にく, トマト缶, ほうれ んそう・冷凍, 冷凍 コーン, キャベツ	野菜パイオン, ケ チャップ, 中濃 ソース, しょうゆ, 酢・米酢, 塩	565kcal 23.3g 14.8g
7 (火)	たなばたこんだて たなばたぶたそぼろどん たんざくさらだ みそしる ばなな	ぎゅうにゅう たなばたぜりー	鶏ひき肉, 木綿豆腐, ス ライスチーズ, 牛乳	精白米, 上白糖, サラダ 油, ぶどうジュース	たまねぎ, にんじん, しょうが, オクラ, プ ロッコリー (冷凍), 大根, 冷凍コーン, キャ ベツ, パナナ	しょうゆ, カレー 粉, 米酢, 野菜パイ オン, 塩, アガー, 寒 天	523kcal 21.6g 15.1g
8 (水) 22 (水)	ごはん あじのこうみやき ひじきのにもの みそしる すいか	ぎゅうにゅう とうもろこし わかめごはん	あじ, 油あげ, 牛乳	精白米, 白ゴマ, ごま油, サラダ油, 上白糖	長ねぎ, しょうが, ひじ き, にんじん, 大根, 干し しいたけ, いんげん (冷凍), かぼちゃ, た まねぎ, すいか, とうも ろこし	みりん, しょうゆ, だし汁(かつお・ 昆布), 味噌(米), 塩, たきごみわかめ	567kcal 25.4g 12.9g
9 (木) 23 (木)	ごはん あつあげのちゅうかしおいため きゅうりととまとのちゅうかあえ たまごいりちゅうかすーぶ	ぎゅうにゅう きなこのむしばん	生揚げ, 鶏ひき肉, 卵, 牛 乳, きな粉, 調整豆乳	精白米, サラダ油, 上白 糖, ごま油, 片栗粉, 薄力 粉	キャベツ, ビーマン, に んじん, トマト, きゅう り, 冷凍コーン, ほうれ んそう・冷凍	塩, 中華だし(顆 粒), しょうゆ, 酢・ 米酢, ベーキング パウダー	543kcal 21.3g 18.8g
10 (金)	はたーろーる まだらにくのらたとういゆ ぶろっこりーのいれんちさらだ ますかつとぜりー	かみかみでー(2~5さいじ) ぎゅうにゅう ちーすごへいもち かみかみこんぶ	豚もも肉, 牛乳, ピザ用 チーズ, おしゃぶりこ んぶ	はたーろーる, サラダ 油, 上白糖, マスカッ トゼリー, 精白米, すりこ ま(白)	たまねぎ, なす, スッ キーニ, パプリカ, 昆 にく, トマト缶, (冷) プロッコリー, きゅうり, にんじん	ケチャップ, 野菜 パイオン, 塩, 酢・ 米酢, 味噌(米)	620kcal 27.0g 18.3g
11 (土) 25 (土)	そぼろなつとうどん かぼちゃのにもの すましじる	ぎゅうにゅう めーぶるまふいん	鶏ひき肉, 挽きわり納 豆, 牛乳	精白米, サラダ油, 上白 糖, めーぶるまふいん	にんじん, 長ねぎ, かぼ ちゃ, たまねぎ, えのき だけ	酒, しょうゆ, 味噌 (米), みりん, だし 汁(かつお・昆布), 塩	532kcal 23.0g 16.2g
13 (月) 27 (月)	ぶたどん ぶろっこりーのおかかあえ みそしる	ぎゅうにゅう しおこんぶつなごはん	豚もも肉, かつお節, 生 揚げ(冷凍), 牛乳, ツ ナ缶(油漬け)	精白米, サラダ油, 上白 糖	たまねぎ, (冷) プ ロッコリー, きゅうり, にんじん, 塩昆布	サブリ米(鉄分), だ し汁(かつお・昆 布), しょうゆ, みり ん, 味噌(米)	604kcal 31.2g 15.1g
14 (火) 28 (火)	ごはん まだらのあげほのやき すつきーにのちーすきんぴら みそしる	ぎゅうにゅう こくとうちんすこ	まだら, 粉チーズ, 牛乳	精白米, マヨドレ, サラ ダ油, じゃがいも, 薄力 粉, 片栗粉, 黒砂糖	にんじん, バセリ・乾, スッキーニ, かぼちゃ, なす	塩, だし汁(かつ お・昆布), 味噌 (米), ベーキングパ ウダー	594kcal 21.9g 20.3g
16 (木)	いんどりょうり まめいりきーまかれー かちゅんばる ばなな	ぎゅうにゅう さもさふう	豚ひき肉, 大豆水煮, 牛 乳, ツナ缶(油漬け)	精白米, サラダ油, 上白 糖, 餃子の皮, じゃがい も	たまねぎ, にんじん, に んにく, トマト缶, きゅ うり, 冷凍コーン, レモ ン(果汁), パナナ	中濃ソース, ケ チャップ, 米粉カ レーウ, 塩	554kcal 19.9g 20.2g
24 (金)	ひやむぎ とりじゃが おれんじ	ぎゅうにゅう おむれっと	ツナ缶(油漬け), 鶏も も肉, 無調整豆乳, 生ク リーム, 牛乳	ひやむぎ, じゃがいも, 上白糖, 薄力粉, 粉糖	にんじん, きゅうり, 冷 凍コーン, トマト, 大根, オレンジ, パナナ, レモ ン, 黄桃	だし汁(かつお・ 昆布), しょうゆ, み りん, ベーキング パウダー, ココア パウダー	574kcal 24.6g 16.3g
29 (水)	ごはん とうふちゃんぶる ぶろっこりーのみそまよどれあえ すましじる おれんじ	ぎゅうにゅう ぶるーべりー くりーむちーすさんど	焼き豆腐, 豚もも肉, な ると, 卵, かつお節, 牛乳, クリームチーズ	精白米, サラダ油, マヨ ドレ, 食パン, ブルーベ リージャム	たまねぎ, パプリカ赤, (冷) プロッコリー, にんじん, 冷凍コーン, とうがん, オレンジ	酒, しょうゆ, 塩, 味 噌(米), だし汁(か つお・昆布)	581kcal 25.0g 19.0g
31 (金)	たこらいす こぶきいも こんそめすーぶ	かみかみでー(2~5さいじ) ぎゅうにゅう ばんぶきんげーき かみかみこざかな	豚ひき肉, サラダチー ズ, 牛乳, 小魚	精白米, サラダ油, 上白 糖, じゃがいも, ホッ トケーキミックス, 無塩 バター	にんにく, たまねぎ, キャベツ, トマト, あお のり, スッキーニ, 冷凍 コーン, かぼちゃ	酒, しょうゆ, ケ チャップ, 中濃 ソース, 塩, 野菜パイ オン	594kcal 21.4g 21.5g

7月平均栄養価 エネルギー 573kcal たんぱく質 24.8g 脂質 17.0g

給与栄養目標量 エネルギー 574kcal たんぱく質 23.7g 脂質 16.0g

☆献立表に記載している【ごはん】は、月齢や発達段階に応じた食事形態で提供しています。

☆食材の都合により献立が変更になる場合があります。

7がつ 体育だより

2026.7
たいいく
運営課



暑さが少しずつ増し、夏の訪れを感じる季節となりました。

子どもたちは汗をかきながらも、元気いっぱい体を動かし、「できた！」の笑顔がたくさん見せてくれています。

7月も水分補給をしっかり行いながら、楽しく体を動かしていきたいと思います。



6がつ指導の振り返り

7がつのねらい

年少	<p>「ペアペンギン」 お友達と手をつなぎ、ペンギンになりきって歩きます。お友達と息を合わせて活動することで協調性を育み、倒れないように進むことで、バランス能力も養われます。 相手のペースに合わせてながら仲良く進み、バランスを取りながら取り組む姿が見られました。声を掛け合いながら楽しむ様子も見られ、お友達との関わりを深めることができました。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●動きの中でバランスをとる力を高める。 ●言葉や合図をよく聞いて反応する力を高める。 ●友達や障害物に目を向け、周囲を認識する力を高める。
小学	<p>「ボールキャッチ〜ボディタッチキャッチ」 真上に投げたボールをキャッチしたり、体の一部をタッチしてからボールをキャッチしたりします。 ボールの動きを予測する力や集中力、目と手を連動させる力を養います。 最初は投げる力加減やキャッチのタイミングに苦戦する様子も見られましたが、繰り返し取り組む中で少しずつ上達し、「できた！」と嬉しそうな表情がたくさん見られました。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●全身のバランスをとる力を高める。 ●用具などを思い通りに操作する力を高める。
年長	<p>「爆弾ゲーム」 チームに分かれて相手チームの陣地へボールを投げ入れるゲームです。お友達と協力しながら夢中になって活動する中で、判断力や状況を把握する力、ボールを遠くへ投げる力を養います。 飛んできたボールを素早く投げ返したり、たくさんのボールを集めて投げたりと、周囲の状況を見ながら工夫して取り組む姿が見られました。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉や動作に素早く反応する力を高める。 ●動きの中で判断力を高める。 ●イメージしながら体を動かす。



おうちで運動あそびをやってみよう



年少・年中向け

「動物さんに変身遊び」

- ①手と足を床につき、膝を伸ばしてお尻を高く上げたクマの姿勢で進む。
- ②膝を立てた姿勢で膝だけでバランスを取りながらペンギン歩きで進む。
- ③いろんな動物になりきってお部屋を移動する。



★効果

- ✓お尻を高く上げた姿勢や、膝立ちで上半身をまっすぐ保つ：バランス能力
- ✓手足をバラバラに動かし、体をイメージ通りに動かす：操作能力

年長向け

「新聞紙ジャンケン」

- ①1人1枚新聞紙の上に立ち、ジャンケンをする。
- ②ジャンケンに負けた人は新聞紙を半分に一度折り、その上に立つ。
- ③①②の動きを繰り返す。
- ④新聞紙から足が出たら負け。



★効果

- ✓小さくなっていく新聞紙の上でバランスを保つ力：バランス能力
- ✓新聞紙の大きさを把握し、はみ出さないように工夫して立つ：認知能力

JULY NEWSLETTER

7月へようこそ！今月は「Beach and Summer Activities (ビーチと夏のアクティビティ)」がテーマです。swim (泳ぐ)、hike (ハイキング)、camp (キャンプ)、bike (自転車)、surf (サーフィン) など、夏ならではの英語表現を楽しく学びます。

また、砂のお城づくりや貝殻探し、水遊び、ビーチピクニックなど、夏の楽しい活動についても英語で表現できるよう挑戦していきます。“I like the beach.” (ビーチが好きです。) “It’s sunny!” (いいお天気だね!) “I see a shell.” (貝殻を見つけたよ!) “Let’s play!” (遊ぼう!) などの表現に親しみながら、英語で伝える楽しさを感じていきます。

Words



Swim
スウィム



Dance
ダンス



Surf
サーフ



Bike
バイク



Camp
キャンプ

カタカナ表記は、英語の発音をイメージしやすくするため、ネイティブの発音にできるだけ近い音で表記しています。実際の発音とは一部異なる場合があります。

Book

Maisy at the Beach by - Lucy Cousins.

メイシーとお友だちが海辺で貝殻を探したり、砂のお城を作ったりする楽しいお話です。夏の雰囲気を感じながら、英語に親しみます。



Success Criteria

チャレンジ
できたかな?



月末までに、

- ☀️ 夏のアクティビティの名前が言える
- 🏖️ ビーチで見つけられるものの名前が言える
- 💡 “What do you like to do?” と質問できる
- 😊 “I like to _____.” と答えられる
- 🎵 歌やゲーム、アクティビティに楽しく参加できる

Game

Summer Activities Charades

ジェスチャーゲームを通して、夏のアクティビティを表現します。泳ぐ、サーフィンをする、自転車に乗る、キャンプをするなどの動きを見て、お友だちが何をしているのか当てます。

“What do you like to do?”

“I like to swim.” や “I like to dance.” などの会話にも挑戦しながら、楽しく英語を身につけます。



Song



Summer Song - by
The Singing Walrus

夏にまつわる英単語や季節の楽しさを、歌に合わせて楽しく学べる英語のうたです。



Let's go to the Beach - by
Maple Leaf Learning

海へお出かけする気分を味わいながら、夏の英語に楽しく親しめるうたです。

Try at Home!

Draw and Tell

好きな夏のアクティビティを絵に描いて発表します。

“What do you like to do?”

“I like to swim.”

などの表現を使いながら、自分の好きなことを英語で伝える練習を行います。



JULY NEWSLETTER

7月へようこそ！今月は、「Sea Animals (海の生き物)」をテーマに、美しい国「インドネシア」について学びます。タツノオトシゴやイルカ、カメ、クラゲ、色鮮やかな熱帯魚など、さまざまな海の生き物に親しみながら英語を学びます。“What animal is this?” (これは何の動物ですか?) “It’s a seahorse.” (タツノオトシゴです。) “I like jellyfish.” (クラゲが好きです。) などの表現を使いながら、簡単な英会話に挑戦します。5歳児クラスではワークシート活動やアルファベット「D」と「O」のお話を通して、語彙を増やしたり、英語の音への理解を深めたりしていきます。

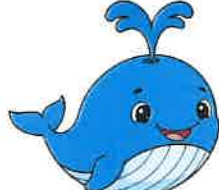
Words



Fish
フィッシュ



Crab
クラアブ



Whale
ウェイル



Octopus
オクタパパス



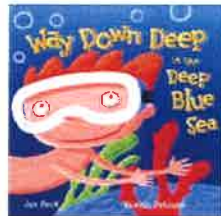
Starfish
スタアフィシュ

カタカナ表記は、英語の発音をイメージしやすくするため、ネイティブの発音にできるだけ近い音で表記しています。実際の発音とは一部異なる場合があります。

Book

Way Down Deep in the Deep Blue Sea by - Jan Peck.

海の底へ宝探しに出かけた男の子が、さまざまな海の生き物と出会うお話です。ワクワクする海の冒険を楽しみながら、海の生き物に関する英語に親しみます。



Travel Around the World

スーツケースに荷物を詰めて、インドネシアへ出発！
インドネシアは、美しいビーチ、色鮮やかなオウム、遊び好きなサル、そしてナシゴレン (チャーハン) やソテーなど美味しい料理で有名です。準備はいいですか？



Game

Sea Animal Families

海の生き物カードを使って、同じ仲間を探すゲームです。

“What animal are you?”
(あなたは何の動物?)
“I’m a dolphin.”
(ぼくはイルカだよ。)
“Me too!” (わたしも!)

お友だちと楽しくやり取りしながら英語でのコミュニケーションを楽しみます。



Songs



Let's go to the Beach
by
Maple Leaf Learning

海へお出かけする気分を味わいながら、夏の英語に楽しく親しめる歌です。



Baby Shark
by
PINKFONG

サメの家族が登場する楽しい歌に合わせて、体を動かしながら英語に親しめる歌です。

Review at Home!

Ocean Songs and Dance Time

QRコードを読み取って、ご家族で海の歌やダンスを楽しんでみてください。お気に入りの海の生き物について、お子さまとお話ししてみるのもおすすめです。



暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。リズムで身体をたくさん動かし、夏の暑さに負けない元気な身体作りをしていきます。

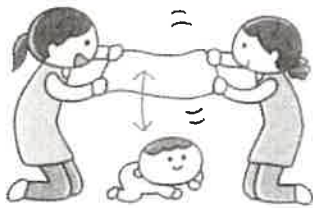
また、風の心地良さを感じるわらべ歌遊びや「うみ」「おばけなんかこわくない」など、夏を感じられるようなリズム遊びを取り入れて楽しめるようにしていきます。



♪今月のリズム紹介♪

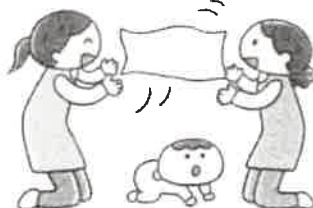
「うえから したから」

① うえからしたから おおかせこい こいこい



保育者が2人で歌に合わせて布をゆっくり上げ下げします。

② こい



布を放り投げて子どもの上にふわりと落ちるようにします。

布を上下に動かすことで風を起こし、ふわっとした感触を楽しみます。布や布団などに隠れることを喜ぶようになった頃の遊びです。最後に布が落ちて子どもが隠れたら「〇〇ちゃんどこかな？」と探してみたり「ばあ！」と布をめくったりしてやり取りをして遊びます。ご家庭では大きめのハンカチなどを使っても遊べますので、ぜひ楽しんでみてください。



【かえで組】



いちょうさんやけやきさんと一緒にリズムをしています。
ピアノの音を聞いてそれに合わせて動いたり、手を伸ばす・止まるなど細かく動いたり他クラスの動きを見ながら頑張っています♪

