

## 園長 橋本希義

6月「水無月」です。水無月の意味は諸説あります。「無」は「の」という意味であり「水の月」です。また田植えをするときは、田んぼに水をはるので、水が無くなり文字通りの「水無月（みなづき）」となった説など諸説あり不可思議な6月です。田植えも終り園の周囲では、蛙の合唱が響き渡っています新型コロナも5類になりましたが、梅雨の季節に入り食品の管理やまだまだ体調に十分配慮して下さい。

5月に園では、子ども祭り・年長児の幼年消防団の結団式などありました。

また鶴ヶ城での遠足では、ご足労をお掛けしましたが晴天に恵まれ歌やゲームそしてスタンプラリーと楽しく過ごす事が出来ました。子ども達や保護者の皆様方の笑顔に包まれた遠足でした。

ご協力ありがとうございます。

6月は、ホテル祭りに向けて年長児も張り切っています。

### ◆園で取り組んでいる環境整備

ニュースで遊具事故の報道もありました。園では、安全配慮のため室内のメンテナンスまた木製品の大型遊具について毎年4月に業者による総点検を行って修繕箇所は随時修繕を行っていますのでご安心ください。

これからのキーワードは、子どもの遊びを保障する豊かな環境造りにあると思います。

園では、傷んだ芝の修復のための手入れを昨年・今年の2年で行い青々とした園庭が復活しました。園の周囲には、植栽・植樹を行い花や木々をこれからも増やして行きたいと考えています。

園庭などは、様々体位向上を目指す遊具が一つ一つ配置されています。幼稚部から保育部まで園庭で楽しみながら十分な運動量を確保しています。創造力や興味関心を引き出しています。

時間があれば、ゆっくり覗いてくださいね。

### ◆知性を伸ばす子育ての秘訣について

乳幼児期の子どもは、急速に発達していきます。その変化は著しく、日ごとに感じ取ることができるほどです。

じっと見つめたり、指差しをしたり、たどたどしい言葉で伝えたり、自ら手に取ったりなど、急激な行動の変化を見ることが出来ます。周囲の人にも、好奇心から興味や関心を強く示す時期でもあります。

この頃から脳は情報を蓄えようと学習を始めます。乳幼児期の学習とは、「学びに向かう力を育てること」が基本となります。

この育ての重要な条件は、【人との対話】です。この対話が多い幼児ほど、知的能力が豊かになると言われています。しかし、ただ対話すれば良いという訳ではないようです。もう1つの大切な条件は【自然環境】です。つまり「自然の中などでゆったりと対話すること」が、子どもの知的発達を促進するのです。子どもが環境から感じ取る刺激に対して、親と応答し合うことで、心や言葉が通じている事に喜びを感じます。

もしも言葉や心が通じ合えないときは、不思議なことに、通じる言葉を探し修正しながら自己の思いを心や言葉で伝えようと繰り返すのです。是非、親子でゆったりと新緑の中を散策しながら、語り合ってみてほしいと思います。これを2歳から3歳、3歳から4歳と、繋げていくことで、脳は多くの言葉や環境の刺激を受けとり、知的に発達していきます。焦らず、楽しい毎日に見てみてください。きっと、自己肯定感を育ち持つことができると思います。（教育誌より）



絵本コーナーを覗くと年長さんが年少さんに本を読み聞かせている姿がありました。



遊具遊びの中で、保育部さんを優しく手助けする3歳さんの姿がありました。

# 今日の目標

## 全体の目標

- ◎ 様々な素材や感触に親しもう。 いろいろな素材に積極的に関わり、工夫や想像力を養い表現力を豊かにする。

## 学年の目標

- ★0歳：一人一人の体調に合わせて、着替えをこまめにし、快適に過ごせるようにする
- ★1歳：保育者と関わりながら、指先を使った遊びや全身を使った遊びを楽しむ。
- ★2歳：水・砂・泥等に触れて遊ぶことを楽しむ。
- ★年少：先生や友だちと一緒に遊ぶことを楽しみ、好きな遊びを見つける。
- ★年中：集団生活の決まり事を守り、友だちと触れ合いながら遊びを楽しむ。
- ★年長：気の合った友だちと一緒に自分で遊びを進めていく楽しさを味わう。



## <お知らせ & お願い>



- ※6月は衣替えです。スモックを夏エプロンにしましょう！  
年少さんも、園生活に慣れてきましたので制服での登園をお願いしたいと思います。
- ※8日(木)にプール開きがあります。詳しくは、おたよりをご確認ください。
- ※6月26日(月)～30日(金)個人面談となります。お家の方とお子様の様子を一人15分程度でお話させていただきます。のちほど日程のお知らせを致しますが、都合のよい日がありましたら事前に担任までお知らせください。
- ※コドモンの当日のお休みやお迎え・遅刻早退などの連絡は、職員が保育に入ってしまうと確認ができない場合がありますので、当日のお休みやお迎え・遅刻早退などの連絡は9:30までのご協力をお願い致します。
- ※保育料の引き落としは12日(月)になります。夏用品をご注文の方は、一緒の引き落としとなりますのでご確認ください。

## インフォメーション

- ぴかりんくらぶ 13日(火) 「水遊びのおもちゃ作り♪」  
・水遊びで遊べるおもちゃを作って水遊びの日に楽しく遊びましょう☆  
27日(火) 「水遊び！」  
・シャワープールで水遊びを楽しみましょう！
- すももくらぶ 8日(木) 「水遊びおもちゃをつくっちゃお！」  
・水遊びで使えるおもちゃを作りましょう！  
22日(木) 「水遊び！」  
・シャボン玉やおもちゃで水遊びを楽しみましょう！

予約はホームページ  
で対応しています。  
子ども達の様子も  
ホームページに掲載  
されています！

## 《園舎・園庭開放》

園舎(10:00～11:30)  
園庭(10:00～14:00)

※土・日・休日以外開放していますので、来園の際は事務室まで一声かけてくださるようお願いいたします。





## 年長さん 幼年消防に入団

「火遊びは絶対にしません！」と誓いを述べた年長さん一人ずつを呼名し、幼年消防団に任命されました！小松出張所の所長様より「カッコいい姿で頼もしいです！みんなも消防士の仲間となりましたのでよろしく」とお話があり、年長さんは胸を張り頼もしい姿でした！2月の年中さんへの引き渡しの満了式が終わるまで、北会津の安全を守ってくださいね！最初の仕事は、避難訓練の火の用心呼びかけでした！拍子木を使ってカッコよく火の用心をみんなに伝えてくれました！



## 幼稚部誕生会

5月の誕生会は、24日に各学年で元気にお祝いすることが出来ました。青空でたくさんの緑がそよ風で揺れる、きもちのいい季節に生まれたお友だちはニコニコかわいい姿でお祝いを喜んでいました☆みんなで歌のプレゼント、先生からのメッセージのプレゼント、そして園長先生からの絵本のプレゼントはいつも子ども達が大爆笑で楽しんでいます。5月生まれさん、これからもぐんぐん大きくなってください！保育部さんのお誕生会は、誕生日の日にクラスで特別 day としていまして☆登園時に入り口が素敵に飾られています♪そんな日はお友だちのお誕生日の日です☆お楽しみに～！



年長さんは、おやつを買いに行きました。個数やお金の計算もみんなで考え、きちんとお金も払いお買い物できました！今日のおやつは、ラムネとおせんべいとゼリー、上手なお買い物でした☆



年少さん

年中さん

年長さん

大人気の園長先生からの  
絵本でみんな大喜び

## 花まつり

お釈迦様の誕生日をみんなでお祝いしました。花まつりって何？お釈迦様って誰？いろいろな疑問について、先生たちがパネルシアターで教えてくれました。それぞれの学年で考え作った素敵な花冠をかぶり集まるとカラフルでにぎやかなお花畑が出来ました。みんなで手を合わせ目を閉じ、心を静めお祈りをしました。そして一人一人、お釈迦さまに甘茶をかけてお祝いしました！





## ワクワクがいっぱいの自主性を育てています！

年中・長さんの朝の自由遊びの時間は、着替えを済ませ自由に外やホール、園舎の色々な場所で盛り上がっています。交流を持ちながら、自分達で遊びを盛り上げていく姿に子ども達は遊びの発明家だな～☆と改めて感じています。ワクワクがいっぱいの幼保園でみんなで仲良く楽しく元気に遊びましょうね☆



年長さんの自主性を伸ばしたいと願い、遊びの区切りを自分たちで考える、朝の登園の時間差があるため、朝ごはんの食べる時間も異なるために、お腹の空く時間も異なります。自分でお腹がすいたと感じたら食べに行くそんな活動を取り入れています。担任が交代で一緒に食べ、主任とミールケアと共に指導をします。誰がどれだけ残したか？子ども達の様子はどうか？など伝達をしっかりと、一人一人のペースや食べ方などをみんなで考えています。自分で考えて動ける子。そんな子ども達になって欲しいと願っています。



ランチルームの開店の音楽が流れても、まだ遊びが盛り上がっている子は、ホールやお部屋いろいろな場でまだ遊んでいる子もいます。



遊びが終わり、お腹がすいたら片づけをして、手を洗いランチルームに来ます。自分の名前を見つけ、これから食べます。ボードに名前を貼り、きちんと手の消毒をします。



自分の食べられる量のおかずやご飯を取り、落とさないように慎重に持ち運びします。



大盛にして欲しい、もっと少なくして欲しいなど自分できちんと伝える事が大切です。



好きな場所に座り、みんなで楽しく食事をします。時間やルールをしっかり把握し、年長さんらしい姿が見られます



食べ終わったら、自分たちできちんと片付けます。お皿の分別もきちんとしごちそうさまをしてお部屋に戻ります。



食後は、保育室でゆったりとお腹を休め、静の遊びを先生やお友だちと楽しみます。





## 鶴ヶ城での親子遠足

27日(土)にお天気にも恵まれ、青空の下 幼稚部の親子遠足が行われました☆  
お家の方々と笑顔で集合する姿がとても輝いて見えました。ダンスやゲームも盛り  
上がり、月曜日登園してくると「ゲーム1位だった!」「ダンスやろう♪」と余韻を  
楽しんでいました☆お家の方々のご協力ありがとうございました。

年中・長親子対抗ゲーム結果は、1位りんご組・2位ほたる組・3位めろん組・4位いとよ組  
でした☆クラスのみならず協力して、そしてお家の方々も一生懸命に参加してくれたことが子ども達  
の素敵な思い出の一つとなりました☆



今年のテーマは「**団結!**」みんなが集合しダンスやゲーム  
をする姿を見て、北会津こどもの村幼保園の団結を感じました!  
これからますます、子ども達と仲間意識を強く!力を合わせる!  
それぞれの力を発揮する!そんな1年を過ごしていきたいです。



今年は「鶴ヶ城」についてのクイズ!みんな分かったかな?そして出来上がったパズルは【ライオンキング】  
今年度はライオンキングで進めていきます!運動会もお楽しみに!!



「園長先生ただいま～」と元気にゴールした子や恥ずかしそうに名前を言う子、みんな一生懸命に頑張りました!

〔アンケートの一部です。来年度、検討させていただきます。ありがとうございました。〕

- ・年少でも楽しく参加できる内容で良かったです。午後の予定も組めるので、時間的にも有り難かったです。  
正直、お弁当なしというのも、非常に助かりました。5名
- ・暑い中お疲れ様でした(^)あっという間に終わってしまったのもう少しダンスやゲームを増やしてみてもいいのかなあ  
と思いました☆クラスごとの集合写真なども撮って頂けたらいい思い出になりそう!今回から兄妹(姉や兄)の参加もOK  
だったのでお手紙に記載がなかったのでお留守番でした。そういう旨は記載していただけると助かるなあーと思  
いました(^)
- ・久しぶりに人数制限なしでの遠足、子どもがたくさん喜んでいて良かったです!3名
- ・今年はコロナも落ち着いて小学生の兄弟も連れて行けたので良かった。
- ・初めての遠足でした。ありがとうございました。本人はミッションよりも砂いじりに夢中でした笑  
毎年鶴ヶ城なのではないでしょうか?だとしたら来年、再来年は別な所が良いなあと思います。

コロナが5類になりまして、通常に  
なりました。今後、規制がある場合  
には、お知らせ致します。  
申し訳ありません。

場所は、人数の都合上や駐車場  
北会津からの距離などを考えて  
の場所でした。来年度検討しま  
すご意見ありがとうございます。

・去年は駐車場を確保してくれていましたが今年度は各自で、有料のところは自己負担という点は残念でした。(記憶違いでしたらすみません)学童の兄弟を連れてきている方が居ましたので、学童の年齢の子も一緒に参加して良いことも、プリントに記載して楽しかったです。

・去年は、駐車場が無料だったのに今回は違うのでびっくりした。

昨年度、市の駐車場をお借りしましたので、今年度は、他の園さんが利用ということになりました。ご了承ください。

・別な場所でもっと色々なダンスや学年対抗のゲームなどやった方がよりいっそう楽しめるのではないのでしょうか？何か今年はあるという間に終わってしまったのでちょっと残念でした。  
あと、おみやげなんですけど子ども達が去年の方がいっぱいあったのにこれだけって残念がってました。イベントの時ぐらいいはもっと品数があっても良いのでは？子どもにとっておみやげは喜ぶ物だと思うので…

・去年はアレルギーっ子用の食べれるおやつのお土産がもらえて喜んで食べていました！が今年のアレルギーっ子用お土産はティッシュとマスクで、他の子がおかしを持っているのを見て、ずるいと思ったのが楽しかった遠足の帰りは涙流してました。せめてお菓子ひとつは入れてほしかったです。アレルギーっ子にももう少し寄り添ってほしかったです。

・クイズが去年と一緒にだったので検討必要だと思います。お土産もイマイチでした。

お土産に関しましては、園として「遠足のお土産」として毎年予算としては取っていませんでした。コロナ感染予防にご協力いただいているということで国や県から頂いたものをお土産として利用させて頂いていますので中身に関しましてはご了承ください。また、乳幼児さんやアレルギーさんなどのお土産が食べられない子に関しましては、それぞれに準備が必要でした。申し訳ありませんでした。

・集合写真などあると思い出に残ると思います。遠足ならではの家族でお弁当まであるといいなと感じました。

・年長の娘と2人で過ごす時間は滅多に作れないので、去年を思い出して成長を感じ、とても良い時間になりました。子供たちのわかりやすいパズル形式は、昨年とも絵柄も違って、とてもよかったです！  
下の子ども、その後からライオンキングにハマり始めました(笑)終わってからも、天守閣に登れたり、軽食を食べたりできるスペースがあるところはなかなかないと思うので会津の話をするきっかけだったり、古い建物を見るきっかけも作れて、個人的にはとても良い場所のチョイスだと思っていきます^ ^毎日の多忙な中、いつもありがとうございます？

・親子で楽しくできました。ありがとうございました。

・暑い中、先生方も準備本当にありがとうございました！

・1日子供と楽しく過ごすことが出来ました。幼稚園でのダンスや団体競技も楽しく出来ました。

・ラリー散策、親子で楽しく参加させて頂きました。ありがとうございました。

・スタンプラリーをする前のゲームやダンスも、とても楽しそうにやっていて、良かったです。

・親子で楽しく過ごす事ができました。暑い中、先生方もお疲れ様でした。

・当日は大変お世話になり、ありがとうございました。家族で参加できて楽しめました。

・年少～年長まで内容が同じなので、年少では難しく理解できていない様子でした。

嬉しいお言葉の数々ありがとうございます。  
これからも、子ども達が楽しい！と思える環境やお家の方々がこの園で良かった！と思える活動を取り組んでいきたいと思えます！

みんなが分かりやすい内容となるよう到来年度検討します。ご意見ありがとうございました。





## こども祭り

こどもの日をお祝いするために、園で育ったヨモギを使ったヨモギ団子と日頃作っていた作品を年長さんがみんなにお店屋さんのように広げプレゼントしてくれました。こども祭りがあることをポスターで知らせたり、よもぎを採って団子を作ったり、一生懸命作った作品も「小さい子にあげるんだ」とプレゼントしてくれました。当日は、自分達で友だちを誘いに行き手をつないでお祭りに参加、年長さんが頼もしく引っ張って行事を進めてくれる姿に、これからの年長さんの活躍がワクワク楽しみになりました！



こども祭りがあることを年長さんがポスターを作ってお知らせしてくれました！そして、当日は放送でアナウンスもしてくれました☆



年長さんが作ってくれたものをお店屋さんしてくれました☆園庭で育ったヨモギを使ったお団子もおいしく出来上がり、みんなでおいしく食べてこどもの日をお祝いしました☆



会津短大の学生さんが遊びに来てくれました☆子ども達はかわいいお姉さんやカッコいいお兄さんにいるいろいろなことを教えてあげたくて、たくさん遊んで楽しみました！学生さんが手遊びやダンスパネルシアターなど新しいものを教えてくれて、子ども達は大喜びで元気一杯の時間を過ごしました！学生さんが素敵な先生になってくれると嬉しいです！



## 編集後記



5月に入り、どの学年も落ち着きが見られてきたように感じます。コロナ感染予防で行事や活動が制限されて色々なことを我慢してきた年が続きましたが、今年度は少しずつコロナ前に戻しながら活動を進めていきたいと思えます。苦手な活動も出てくるかと思われます。園でも無理にやらせるのではなく、子どもの気持ちに寄り添いながら自分で自発的にやれるように導いていきたいと思います。時間がかかっても、みんなと一緒に出来るようになる！そんな気持ちでお家の方と一緒に見守っていききたいですね。そんな中、色々な活動から「幼保園に行きたくな〜い！」の声が出てきたら、子どもに寄り添って「先生に幼保園お休みするってお話してこようね☆」「やらないってお話してみようね。」そう言って送り出してあげて下さいね。出来ないこと、嫌なことに立ち向かうチャレンジも大切な成長の一つです。一歩ずつ進んでいきましょう☆

副園長 ウエストポーチ



# ほけんだより

2023年5月末日号

学校法人 白梅

看護師 大竹路子

まぶしい緑に変わりました。新しい生活がスタートして1か月、暑かったり寒かったりと子どもたちには疲れも出やすい時期です。体調に気をつけて過ごしていきましょう。

## 目安を守って、元気に登園しよう

熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気でも、園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引くおそれがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとって休養しましょう。

インフルエンザなどの感染症は、登園再開の目安が決まっています。診断を受けたら、園にご連絡ください。



### 熱

- ・前の日に37.5度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

### おう吐

- ・前日(24時間以内)におう吐がない
- ・食べたり飲んだりしても吐かない

### 下痢

- ・前日(24時間以内)に、水のような便の出た回数が1回まで
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が1日に数回

## 位置付け変更前の療養期間と、変更後の外出を控えることが推奨される期間

|                   | 位置付け変更前に感染症法に基づき外出自粛を求められる期間                  | 位置付け変更後の外出を控えることが推奨される期間<br>(個人の判断)<br>(5月8日～) |
|-------------------|---|--|
| 新型コロナ陽性者<br>(有症状) | 発症後*7日間経過するまで                                 | 発症後*5日間経過するまで                                  |
|                   | かつ、症状軽快から24時間経過するまでの間                         |  |
| 新型コロナ陽性者<br>(無症状) | ・5日目の抗原定性検査キットによる陰性確認<br>・検査を行わない場合は7日間経過するまで | 検査採取日を発症日(0日)として、5日間経過するまで                     |
| 濃厚接触者             | 5日間の外出自粛                                      | なし   |

※ 発症日を0日目とします。登園には、意見書が必要になります。登園後に発熱が見られたり著しい咳き込み・

食欲低下がみられる時には、ご連絡させていただき自宅での休養をお願いする場合がありますのでご了承ください。



# 6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯が虫歯で抜けてしまうと、食べることに支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。

また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。歯がきちんとみがけているか、虫歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために、園の歯科検診を期に、お子さんといっしょに家族で定期的に歯科検診を受けるのもおすすめです。

## 虫歯はこうしてできる！

### 1 糖分をもとにプラークができる

口の中の糖分をエサに、虫歯菌が繁殖し、ネバネバとしたプラーク（歯垢）をつくります。プラーク 1mg には、なんと虫歯菌が 10 億個以上も！

### 2 虫歯菌が酸を出す

プラークの中で虫歯菌が糖分を取り込み、酸性の物質を出します。



### 3 酸が歯を溶かす

虫歯菌の出す酸が、歯の表面を溶かし、やがて歯に穴が開いて虫歯になります。表面だけが溶けた「初期虫歯」なら、歯みがきをしっかりとすることで、本格的な虫歯に進むのを防げます。

## 歯科検診用語について知ろう！

### 不正咬合（ふせいこうごう）：いわゆる噛み合わせが悪い事

●叢生（そうせい）：八重歯・ガチャガチャ歯。顎の骨が狭く、歯が大きい場合などに置きます。

●開咬（かいこう）：奥歯はしっかり噛んでいるのにも関わらず前歯がかみ合わず、隙間が空いてしまう状態。指じゃぶりや舌を突き出す癖が原因。前歯が噛み合わない為に噛み切れなかったり硬いものが苦手になってしまうことがある。

●上顎前突（じょうがくぜんとつ）：いわゆる出っ歯。下顎の成長不足や上の歯が前方に傾いている場合が多い

●反対咬合：いわゆる受け口。下顎が出ている状態。不正咬合の中で特にコンプレックスになってしまうことが多い。治療や管理が最も難しい。治療に移行した際には長い時間がかかる為、早めに治療を始めるとが多い。

●過蓋咬合（かがいこうごう）：かみしめた時上の歯が下の歯に覆いかぶさってしまった状態。

●上唇小帯の延長（じょうししょうたい）：上唇の後ろにあるひだの事。成長とともに短く細くなるものです。しかし永久歯に生え変わる頃になっても歯と歯の間に入り込んでしまっていると歯並びに影響を及ぼしたりするので切開する事もある。

●外傷性的変色：以前ぶついたりして色が悪くなっている状態。歯肉の変色が悪化したり、痛みが出た時には受診をお勧めします。歯肉の神経や血行が異常をきたしている場合があるため。

●着色：お茶等での歯の色の変色。歯磨きが上手く出来ておらず歯が変色してしまっている状態。

●サホライト：フッ素薬液によって黒く着色してしまった状態。虫歯と間違えられやすい。

●観察乳歯：永久歯に生え変わる際虫歯等の原因がなく自然に抜ける状態。ぐらつきがあり痛みがあるときは受診をお勧めします。

# ぱくぱく だより

2023年  
6月号



アジサイの花が色づき始め、梅雨の時期となりました。気温と湿度が高くなり、食欲も低下しがちです。こまめな水分補給とバランスの良い食事で元気に過ごしましょう。

6月は食育月間です。食育とは、生活の基礎作りに役立つ、基本的な食事を学ぶ教育です。子どもから大人まであらゆる世代で食育は大切です。特に幼少期から食育と触れ合うことは、今後の食に対する興味を引き出す上で重要です。正しい姿勢で食べる、食事の挨拶、箸の持ち方など基本的なマナーは家族との食事の中で身につけることが出来ます。また、食材の買い物をする中で、食に関する知識を得られたり、料理の手伝いをする体験から、苦手なものを克服することにも繋がります。ご家庭

## ごはんの前の手洗いやちやんとできているかな

梅雨の時期は私欲中毒が増えやすくなります。特に夏場は細菌性の食中毒が多く発生します。予防のためには、食事や調理前や動物と遊んだ後にはせっけんでしっかり手を洗う、調理の時には食品を十分に加熱する、生肉は食べないなど、日ごろから気を付けるように



《毎月19日は食育の日です》



## 噛むことの大切さ



6月4日～10日は歯と口の健康週間です

ご飯やおやつを食べる時、よく噛んでいますか？最近では食生活の変化から硬い物を食べることが少なくなり、子どもの噛む力が弱くなっているといわれています。

よく噛んで食べることであごの発達を助け、食べ物の消化吸収に必要な唾液の分泌を促進します。唾液は、口の中を清潔に保ち、虫歯を予防してくれます。また、噛むことで脳が刺激されて血液の流れが活性化されることにより、集中力の向上、リラックス効果、ストレス軽減などがみられます。普段からよく噛んで食べることを意識していきましょう。

## 《ミールケアからお知らせ》

この度、株式会社ミールケアの運営するホームページ『こどもみる』（<https://kodomo-meal.jp/>）を全面的にリニューアルいたしました。

子どもの成長を支え、子どもの食に関わるみなさん、おいしく食べて元気に育つこどもたちに、これまで以上に役立つ情報や便利なサービスをお届けするホームページを目指して、デザインとページの構成を見直し、新規機能を追加いたしました。

これからも、内容の充実を図るとともに、分かりやすく最新の情報を発信してまいります。今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。



## こよみ

### 今月の二十四節気

☆二十四節気とは☆  
昔、農作物を作るための目安として季節や自然の変化を表した暦です。二十四節気の変り目の日には、季節食材をふんだんに用いた給食の提供をしています。

|   |        |
|---|--------|
| <b>芒種</b> (ぼうしゅ)  | 6月6日頃  |
| 稲や麦など実の殻に針状の毛「芒（のぎ）」がある穀物の種をまく季節。梅の実が青から黄色に変わり、百舌（もず）が鳴き始めます。 |        |
| <b>夏至</b> (げし)  | 6月21日頃 |
| 暦の上では夏にあたりますが、実際の季節では梅雨の時期。農家では田植えが繁忙を極めます。一年の中で最も昼間が長い日です。   |        |

## 車麩のチャンプルー

《約4人分》

|       |       |       |        |
|-------|-------|-------|--------|
| ・車麩   | 20g   | ・油    | 小さじ2   |
| ・豚こま肉 | 80g   | ・しょうゆ | 大さじ2   |
| ・玉ねぎ  | 小1個   | ・砂糖   | 小さじ1/2 |
| ・人参   | 小1/2本 | ・みりん  | 大さじ2   |
| ・ピーマン | 1/2個  |       |        |

☆上記は参考動画の分量とは異なります。



《作り方》

- ①車麩は水で戻して水気を絞り、食べやすい大きさに切ります。
- ②玉ねぎは半割り5mmのスライス、人参は短冊切り、ピーマンは半割りの細切りにします。
- ③鍋に油をひき、玉ねぎ、人参、ピーマンを炒め、少しやわらかくなったら豚肉を加えて炒めます。
- ④豚肉の色が変わったら調味料を入れて味付けをします。
- ⑤車麩を加えて弱火で火を通したら完成です。

◎二次元コードを読み取ると参考動画を見ることができます。

