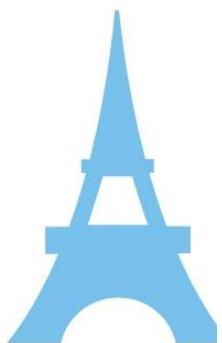


# べべ通信

2022年8月



8月



異例の早さの梅雨明けから、戻り梅雨となった先月、もしや夏が短くすぐに秋になるのでは?と思えるような気温の日もあり、体温調整が難しい1か月でした。

今月はお盆の帰省や旅行に行かれる方も多いと思います。体調の変化に気をつけながら楽しんできてください。楽しい思い出の後、休み明けの登園時は登園を拒むような姿も・・大丈夫です、想定しています。「楽しかったよね。また行こうね」という気持ちで送りだしてください。また、タイトなスケジュールは子ども達にも負担になります。登園前日、せめて半日くらいはお家でゆっくり過ごす時間を作ることをお勧めします。

一緒に洗濯物を仕分けたり、カバンに詰めたり、カバンを片付けたり、旅の準備も子ども達には楽しい「遊び」になると思います。

### 今月の予定

22日（月）健診・身体測定  
避難訓練

8月の保育料の入金は、お知らせしました通り、4月5月の休園時の差額を差し引いて、10日までにお知らせしますので、お待ちください



30日 1歳

感染の再拡大により、予定していたベベフェスも延期せざるを得なくなり、残念です。ベベフェスように準備していた企画は、秋のハロウィンの行事に!と思っています。

【保健だより】会社看護師より情報を共有し作成しています



先月、健診の日に、特記事項はありませんでした。  
(健診以降一気に手足口病がはやりました)

最近多くみられる感染症に「ヒトメタニューモウイルス」というものがあるそうです。

## ヒトメタニューモウイルス

風邪の原因の1つです。大部分は風邪で終わりますが、乳幼児や高齢者では重症化して気管支炎、細気管支炎や肺炎などを起こすことがあります。

生後6か月ごろから感染して、2歳までに50%、10歳までにはほぼ全員が感染し、その後も繰り返し感染することが知られています。

### 【症状】

通常は咳、鼻水、熱などの風邪の症状で終わりますが、一部の子どもでは細気管支炎、肺炎、気管支ぜんそくの悪化、クループ様（犬の吠えるような声やヒューヒューと音がするような息苦しそうな呼吸）の症状



風邪などで通院すると、『ホクナリンテープ』を処方されることがあります。

### ホクナリンテープとは・・・

テープを直接皮膚に貼り、皮膚から薬が吸収され、気管支を広げる効果があります。

ホクナリンテープを貼らなければならない症状がある時は、念のため水遊びを控えさせていただきます。（剥がれたシールを誤って口にしてしまう危険もあるため、貼っている場合は職員に声をかけてください）

※新型コロナウィルスに関する新しい対応が届きましたので、ご確認ください

～オープンチャットへの参加、Instagramのフォロー、ありがとうございました～

HPへのUPは現在会社全体の方で見ることができます)

[ベベ・ア・パリ保育園 \(fes-nsy.com\)](http://fes-nsy.com)

Instagram

[https://www.instagram.com/bebes\\_a\\_paris\\_eu/](https://www.instagram.com/bebes_a_paris_eu/)

子どもたちの吸収力に驚かされることが多いです。



物の場所、生活様式、例えば外から戻ったら手を洗う、とか、

ゴミ箱にごみを入れるとか、園だと自分が使った食事のエプロンと口拭きを洗濯かごに入れるとか。または、挨拶に合わせてお辞儀をしたり、手を合わせたり、泣いている子がいたら頭をなでたり、涙を拭いたり、いつも目の前にあることを「当たり前」のように吸収していきます。

その吸収の早さは、「まるで乾いたスポンジのようだ」という表現を聞いたことがあります。

さらには、「写真を撮るようにありのままに吸収する」とも‥。

物の善悪も学んでいる時期ですが、一度はすべて吸収する必要があるようです。

これに対し、幼児以降の人間は、乳児期の写真に対し、「まるで画家のよう」に、目の前にあるものをじっくり観察して描く、目の前にあっても描くか描かないかは自分で判断するのだそうです。

そして、その優れた吸収力が、言語の発達にも重要だそうです。

人間は、必要なものをもって生まれてくるものなのだ、そういう話を聞くたびに感心します。

言語表現が未熟でも、ジェスチャーや表情、態度でたくさんのことを探してくれる姿に、いつも感心します。2歳後半、3歳になる子どもたちの言語力にも感心するばかりです。

先日暑い日に、本当はベベフェスに来てもらう予定だったゲストが打ち合わせに来てくれました。

たくさん遊んでもらって、帰るよ、という時に「暑いから気をつけて帰ってね」という言葉をかけた子どもの存在に、驚きと、嬉しさと、感心といろいろな感覚になりました。

そういうすてきな言葉が子どもたちの周りにあふれる環境をもっと意識的に作っていきたいと、改めて思いました。

その1つに、赤ちゃん言葉は遣わないようにしています（極力、場合によっては「ねんね」とか使うことはあるけれど‥‥）遣わなくても伝わっていると思えることが多いです。

子ども達には「教える」ということはほとんどない、私たちができることは、環境を準備して、見守ること。単純ですが、この単純さの中に難しさと奥深さを感じます。

大人になると「当たり前」にできることも、乳児期の子どもには、初めてのこと、経験の浅いことばかりです。できればいろいろな事にチャレンジしたいと思える人になってほしいです。

出来なくて当たり前だけど、「できなかったね」ではなく「どうすればいいかな」とか「できるようになるよ」と声かけ次第でも子どもたちに届くように思っています。

この夏、子どもたちはきっと様々な「初めて」を経験することでしょう。

以前も書いた気がしますが、始めては突然来ると拒否反応も大きいことがあります。

「どこにいく」「誰にあう」「なにをする」そんな基本的な情報を伝えておくと、思っているよりずっと子どもたちは想像して、心づもりを持つものです。ぜひ、「初めて」と一緒に楽しんでください。

今しか出会えないぶきっちょだけビイッショマエな子どもたちの姿を、

見守りたいです。

イヤイヤ期間はそう思えないかもしないけれど、

一緒に右往左往するのも、「今」しかない！



一気に梅雨明けと思いきや、7月はすっきりしない天気の日が多かったです。水遊びには涼しいかな、という日には公園に行くこともできました。やはり公園に行けることがうれしいようで、帰り道には「行けてよかったです」「また行こうね」なんて会話が出てくることもありました。たっぷり遊び、昼寝もぐっすり眠れています。

これからは気温も高く公園に行けるのはもう少し先になると思いますが、今月も水遊びをたっぷり楽しみたいと思います。



## 室内遊び(コーナー遊び)

好きなおもちゃ好きな遊びを自由に遊べるようにコーナーに分けて環境作りをしています。

### ☆ままごと

フライパンや鍋にお肉(茶色いフェルト)や、トマト(赤いフェルト)等に見立てた食材を入れ、キッチンの前に立つ子ども達。皿洗いをしたりフライパンからお皿に移したりする姿は、お家でのお母さんお父さんの様子をいつも見ているのか、かなり様になっています。「カレーを作ろう」「ハンバーグを作るよ」など好きな料理を作り、完成したらお皿に配り「どうぞ」とお友だちや大人に配ったり、ティーポットでカップにお茶を入れて「おいしいね」と言いながらお茶会を繰り広げ、子どもたちなりの会話を楽しみながらままごとをしています。トマトやパプリカの子たちも、キッチンの前で料理する様子も見られます。大人の口元に運び、食べさせてくれたりします。



### ☆電車

木製の線路と電車。線路は凹凸部分で繋げ電車は磁石で連結するようになっています。電車を連結する磁石に向きがあることにも気づけるようになり、電車の向きを変えて長く繋げています。



## ☆絵本

絵本コーナーはタイミングが重なると椅子に座れないくらい子ども達が集まる時があります。じっくり一人で見る子もいれば、保育士や友だちと見る子もいたりとそれぞれです。その中でも歌の絵本の“しあわせならてをたたこう”は手を叩いたり肩を叩いたり、“しあわせならわらいましょう”所は、手を口にあてて「アハハ」と笑ったりと、大人や友だちと一緒に口ずさみながら、リズムに合わせて身体を揺らしたりしながら見ています。

昨年ふみかちゃんのお家からいただいたサナギが孵化しカブトムシになり、更に卵をたくさん産みました。カブトムシの一生が描いてある本を見ながら卵から成虫へと成長する姿にも興味を持ちケースの中の幼虫と照らし合わせながら見てています。図鑑系の本は、昆虫や花、果物いろんな物が出てくるので「これは何？」と日々いろんな疑問を聞かれることが多いです。子ども達の疑問を一緒に考えて発見を楽しみたいです。



## ☆積み木

ベベには積み木が何種類があるのですが、今回は2種類に注目してみたいと思います。

ネフスピールはリボン型の積み木です。

「世の中には、美しい食器や家具があるのに、美しい玩具がない」と作られたそうです。  
上下の凸凹を積み重ねたり、四隅の角を合わせて積み重ねたり、少しずれてしまうと倒れるのでバランスや角度を考えて積む事に子どもたちは熱中しています。



リグノは、5cm角の立方体から円柱がくり抜かれています。出したり入れたり積むことや組み合わせることをして新しい発見があります。

ネフスピールとリグノはサイズが同じで、組み合わせて遊ぶことができ、何通りもの遊びに発展します。積んだり、崩したり、組み合わせたり…子どもたちと一緒に私たち大人も積み木の奥深さに気づかされます。



## 梅仕事



梅ジュースと梅干づくりをしました。梅のヘタ取りや瓶への移し替え、梅干し用には赤しそを追加するなど色々な梅仕事を子どもたちと一緒にしました。

梅干しはこれから干しの段階に入るのでその変化も一緒に楽しみたいです。梅ジュースはこれから水分補給にそろそろいただける日も近いかな…と飲める日を楽しみにしています。



## スイカ割り



6月末、成就院住職さんから大きなスイカをいただきました。いただいた翌日に早速スイカ割り。大きなスイカを目の前にみんな大はしゃぎです。叩いて感触や音を楽しんでみる子、ちょっと離れて様子を見ていた子もどんどん近づいていく子を見て、チョンと触ってにっこりしていました。叩いてみたり、恐る恐る触れてみたり、丸いスイカをスーパーで見ることはあってもなかなか触れる機会は少ないですよね。

棒で叩いてみてもやはり子どもの力では割れず…最後は大人が叩き割り、みんなで美味しいいただきました。



# bebe's kitchen 8 月

だんだん暑くなってきて水遊びが楽しい時期になってきました。これからは熱中症や夏バテに気を付けたいですね。今月は夏バテに効果のある食べ物について、土用の丑の日とともに紹介します。



## 土用の丑の日

土用の丑の日は7月が有名ですが、8月にも「二の丑」と呼ばれる、丑の日があります。

なぜ2回もあるのかと思われるかもしれません、土用の丑の日とは…

- ・「土用」は、立夏・立秋・立冬・立春の直前の約18日間の期間のこと。
  - ・「丑の日」は十二支の「丑」のこと。(この十二支は、昔の日にちの数え方です。)

つまり「土用の丑の日」とは、土用の期間に訪れる丑の日を示しています。

上記のことから、今年度の丑の日は「1月24日、4月18日、4月30日、7月23日、8月4日、10月27日」も土用の丑の日です。私も知りませんでしたが、思ったよりたくさんありますね。

昔から季節の変わり目（土用）は体調を崩しやすい時期のため、胃にやさしいうどんや、疲労回復効果のある瓜、梅干しや、精のつく牛、馬、うなぎなど様々な食べ物を食べていました。丑の日の「う」が付く食べ物を食べて縁起をかつぐという意味もあったようです。夏バテ防止にも効果がある食べ物もあります。「う」のつく食べ物を子どもたちと一緒に探すのも楽しそうですね。

べべでは、子どもたちが元気に夏を過ごせるよう「う」のつく食べ物を入れた献立にしました。8/4 の献立は、以前みんなで手作りした梅干しで「梅麩ごはん」、うどんで「冷やしきつねうどん」を作ります。お楽しみに！



## 旬の野菜

## ●とうもろこし

ビタミンB群を多く含んでいます。ビタミンB1やB2はエネルギーの代謝に関わる栄養素なので、熱い夏を乗り切るエネルギーの補給に繋がります。

トウモロコシは熱湯・水のどちらからもゆでられますが、ゆであがってから塩水（約3%）に10分ほど浸ける事で塩分がコーンの果肉にしみやすく、冷めても表面が萎まず張りを保てます。

べべのごはんの写真は、インスタにも週ごとに投稿しています。よかったですご覧になってください。

玄関左手に先月のレシピを写真付きで用意しています！

「青のりクラッカー」、「じゃが芋のガレット」、「ズッキーニのマヨパン粉焼き」「なすの南蛮風」です！



## 2022年8月 の献立

ペペ・ア・パリ保育園東上野(乳児食)

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	栄養価	
1 15 29	月	雑穀ごはん さけの塩焼き とうがんの冷やし出汁煮 里芋とチンゲン菜のみそ汁 くだもの	七分つき米、雑穀 さけ、食塩 とうがん、にんじん、混合だし汁、しょうゆ たまねぎ、さといも、チンゲンサイ、混合だし汁、麦みそ りんご	牛乳 あんこおはぎ	牛乳 七分つき米、もち米、あずき（ゆで）、風味糖	エネルギー 465 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 9.2 g カルシウム 223 mg
2 16 30	火	豚丼 きゅうりとおくらの梅和え なめこのみそ汁 くだもの	七分つき米、豚肉（もも）、たまねぎ、しょうが、にんにく、米油、しょうゆ、酒、片栗粉 きゅうり、オクラ、うめ干し、しょうゆ なめこ、にんじん、混合だし汁、麦みそ メロン（緑肉）	豆乳 焼きとうもろこし	無調整豆乳（飲用） とうもろこし、しょうゆ、風味糖、米油	エネルギー 461 kcal たんぱく質 22.3 g 脂 質 14.5 g カルシウム 138 mg
3 17 31	水	黒米ごはん／くだもの のりの佃煮 たらのそ蒸し物 じゃが芋のひき肉炒め そらめん汁	七分つき米、黒米／もも 焼きのり、しょうが、本みりん、混合だし汁、酒 たら、酒、みりん、食塩、キヤペペ、麦みそ、本みりん、風味糖 豚ひき肉、じゃがいも、なす、たまねぎ、米油、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、風味糖 干ししおめん、にんじん、干ししいたけ、干しほうれんそう、混合だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 チーズボール	牛乳 とろけるチーズ、万能ねぎ、片栗粉、小麦粉、ベーキングパウダー、食塩、混合だし汁、米油	エネルギー 460 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 13.3 g カルシウム 249 mg
4 18	木	冷やしきつねうどん 鶏と野菜のかき揚げ ゆで枝豆 くだもの	干ししおめん、にんじん、こまつな、だいこん、混合だし汁、食塩、油揚げ、しょうゆ、本みりん たまねぎ、にんじん、しそ、鶏むね肉、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、食塩、水、米油 えだまめ、食塩 バナナ	お茶 梅麩ごはん	麦茶（浸出液） 七分つき米、うめ干し、こんぶ（だし用）、ごま、焼ふ（きざみふ）、風味糖	エネルギー 467 kcal たんぱく質 21 g 脂 質 11 g カルシウム 177 mg
5 19	金	夏野菜のドライカレーライス れんこんのマリネ ブロッコリーのミルクスープ くだもの	七分つき米、なす、ズッキーニ、ホールトマト缶詰、豚ひき肉、木綿豆腐、洋風だしの素、カレー粉、水、ケチャップ、ウスターソース、食塩、片栗粉 れんこん、にんじん、米酢、食塩 たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、水、牛乳、洋風だしの素、食塩 なし	豆乳 パンブティング	無調整豆乳（飲用） 食パン、卵、牛乳、風味糖	エネルギー 461 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 15.3 g カルシウム 210 mg
6 20	土	麦ごはん 鶏肉の照り焼き なすの煮びたし かぼちゃのみそ汁 くだもの	七分つき米、押麦 鶏もも肉、米油、しょうゆ、本みりん、酒、片栗粉 なす、にんじん、混合だし汁、しょうゆ、みりん かぼちゃ、かぶ、かぶ・葉、混合だし汁、麦みそ バナナ	牛乳 ちんすこう	牛乳 小麦粉、風味糖、米油、きな粉	エネルギー 460 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 14 g カルシウム 229 mg
8 22	月	黒米ごはん 鶏のさっぱり煮 ツナ野菜炒め ズッキーニと切干大根のみそ汁 くだもの	七分つき米、黒米 鶏もも肉、たまねぎ、食塩、しょうゆ、レモン果汁、片栗粉、米油 もやし、ビーマン、にんじん、ツナ水煮缶、米油、食塩 切り干しあいのこ、ズッキーニ、さつまいも、混合だし汁、麦みそ りんご	豆乳 マーマレードケーキ	無調整豆乳（飲用） ヨーグルト（無糖）、小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、風味糖、マーマレード	エネルギー 457 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 10.3 g カルシウム 155 mg
9 23	火	麦ごはん 豚のとうもろこしあんかけ ごぼうきゅうのサラダ じゃが芋のトマトスープ くだもの	七分つき米、押麦 豚肉（もも）、食塩、米油、とうもろこし、片栗粉、洋風だしの素 ごぼう、きゅうり、マヨネーズ じゃがいも、にんじん、水、ホールトマト缶詰、洋風だしの素、食塩 メロン（緑肉）	お茶 ソース焼きそば	麦茶（浸出液） 焼きそばめん、豚肉（肩）、キヤペペ、にんじん、ごま油、ウスターソース、中華だしの素	エネルギー 468 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 15.5 g カルシウム 124 mg
10 24	水	おかかぶりかけごはん 甘辛鶏のから揚げ キヤペペの酢漬け 五目みそ汁 くだもの	七分つき米、かつお節、しょうゆ、風味糖 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、米油、水、しょうゆ、本みりん、米酢 キヤペペ、トマト、米酢、米油、しょうゆ、レモン果汁 たまねぎ、さつまいも、にんじん、ごぼう、カットわかめ、混合だし汁、麦みそ もも	豆乳 手作りクレープ	無調整豆乳（飲用） 小麦粉、風味糖、牛乳、卵、生クリーム、バナナ、いちごジャム	エネルギー 475 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 12.7 g カルシウム 158 mg
25	木	冷やし中華 豚肉のピーマンの香味炒め とうがんのスープ くだもの	生中華めん、ごま油、卵、風味糖、米油、八ム、きゅうり、水、中華だしの素、しょうゆ、米酢、風味糖 豚肉（もも）、ピーマン、ねぎ、にんにく、米油、しょうゆ、酒 とうがん、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 バナナ	お茶 チキンピラフ	麦茶 七分つき米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、洋風だしの素、食塩	エネルギー 474 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 13.3 g カルシウム 130 mg
12 26	金	雑穀ごはん かじきの梅肉焼き ほうれん草のしらす和え レタスと豆腐のみそ汁 くだもの	七分つき米、雑穀 かじき、うめ干し、しょうゆ、本みりん、米粉 ほうれん草、にんじん、しらす干し、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん レタス、木綿豆腐、にんじん、なす、混合だし汁、麦みそ なし	牛乳 いもようかん	牛乳 さつまいも、風味糖、粉かんてん、水、レモン果汁	エネルギー 456 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 11.3 g カルシウム 252 mg
13 27	土	七分つきごはん 豚のごまみそ冷しやぶ にらと油揚げのすし汁 くだもの	七分つき米 豚肉（肩）、にんじん、キヤペペ、きゅうり、にんにく、麦みそ、米酢、酒、すりごま、風味糖 にら、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 バナナ	牛乳 じゃがバター	牛乳 じゃがいも、バター、食塩	エネルギー 471 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 18.6 g カルシウム 245 mg

\*仕入れにより献立を変更する場合があります。

\*サイクルメニューの関係により、献立表の日付が前後することがあります。確認の際はお気をつけください。

\*朝おやつは牛乳とお菓子です。

\*太字は今月の旬の食材です。

\*雑穀には「大麦、黒米、米粒麦、発芽玄米、もち玄米、もちきび、もちあわ、赤米、はと麦、うらちひえ」が入っています。