

8月の献立表

2024年 8月 1日

馬木幼稚園 発行



こんな会話もほっこり		1 木		2 金		3 土	
8月の空に現れる魚の雲 8月はまだまだ暑い日が続きますが、8月7日の立秋を過ぎたら暦の上では秋になります。空を見上げると、イワシ雲、サバ雲、うろこ雲といった魚にちなんだ雲が出てることがあります。空にどんな雲がでているか親子で一緒にながめてみるのもいいですね。		梅じゃこごはん しそ風味鶏天 トマトのサラダ 五目大豆煮 果物 牛乳 ◎お好み焼き風パン 牛乳		鮭のバター醤油焼き ほうれん草の納豆和え ポテトサラダ スープ ごはん 果物 牛乳 ◎とうもろこし 牛乳		豚丼 フロccoliー塩昆布あえ 	
5 月		6 火		7 たなばた会 水		8 木	
赤魚のゴマダレ スッキーニのカレー炒め ほうれん草のおかか和え 果物 牛乳 ◎ジャージャーパスタ 赤魚のゴマダレ スッキーニチーズ焼き ほうれん草のおかか和え		レーズンパン ツナオムレツ じゃがいものそぼろ煮 ニラと春雨のナムル 果物 牛乳 ◎ごま鮭おにぎり ツナオムレツ		お星さまカレー 短冊サラダ チキンナゲット 果物 牛乳 ◎ゼリー トマトハヤシライス		魚フライ タルタル 糸瓜の胡麻酢和え つずら豆煮 ごはん 果物 牛乳 ◎アイスクリーム 白身魚フライ	
12 月		13 火		14 水		15 木	
振替休日 		希望保育 		希望保育 		希望保育 	
19 月		20 火		21 水		22 木	
麻婆豆腐 キャベツの胡麻ドレ和え さつまいものオレンジ煮 果物 牛乳 ◎あんフランス 牛乳 ハヤシライス キャベツのお浸し さつまいものオレンジ煮		いわしの梅煮 糸瓜の土佐酢あえ 厚揚げ煮 ごはん コーン中華スープ 果物 牛乳 ◎プリン 鮭のポテト焼き 切干大根煮 金時豆煮 コーンスープ		ネギ塩グリルチキン 切干大根のサラダ 金時豆煮 わかめごはん 牛乳 果物 ◎ジャムパン 牛乳 ネギ塩グリルチキン 切干大根煮 金時豆煮		パン パンパンジー かぼちゃのいとこ煮 刻み昆布煮 果物 牛乳 ◎マカロニきな粉 牛乳 マーボー豆腐 なすの含め煮 玉子焼き	
26 月		27 火		28 水		29 木	
鶏手羽元のらっきょう酢煮 さつまいもサラダ 揚げ茄子浸し ごはん 味噌汁 果物 牛乳 ◎炊き込みごはん 鶏手羽元のらっきょう酢煮 さつまいもサラダ 一口がんも煮 野菜汁		ツナの野菜カレー キャベツのサラダ 冬瓜の葛煮 果物 牛乳 ◎ラスク 牛乳 ツナの野菜煮 キャベツの煮びたし 冬瓜の葛煮		サバの味噌煮 きゅうりのゆかり和え 大豆と昆布の煮物 かきたま汁 ごはん 果物 牛乳 ◎アメリカンドッグミニ 牛乳 魚のグリル 大豆と昆布の煮物 人参のきんぴら かきたま汁		夏野菜のかき揚げ ほうれん草のじゃこ和え パンサンスー 味噌汁 ごはん 果物 牛乳 ◎マシュマロサンド 牛乳 ◎牛乳かんのあんみつ 	
30 金		31 土		お弁当の日			

まんぷく

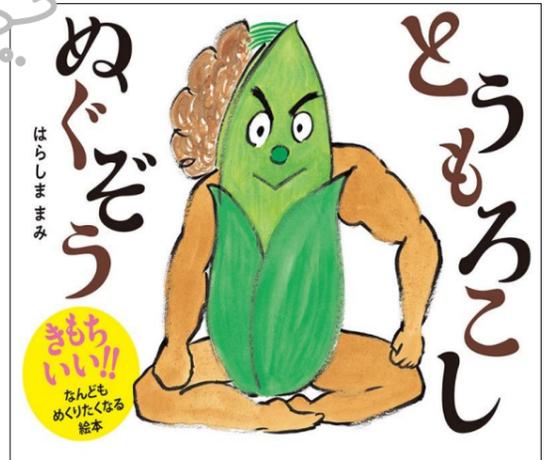


連日30℃を超える暑さで、うだっているのは大人ばかり。子どもたちはプールや水遊びに夢中で暑さなんかなんのその。夏ならではの遊びを満喫しています。また、疲れの出やすい時期なので早寝をし、一日の疲れを次の日に残さないよう、気を付けていきましょう。

絵本の紹介

「とうもろこしぬぐぞう」

とうもろこしの「とうもろこしぬぐぞう」さんが、葉っぱの服や、ひげであるかみの毛をバリバリ、ぶちぶちと深く削いでいくスカットする絵本。その脱ぎっぷりや言葉のリズムに加え、墨ラインで描かれた力強い筆致が見るものの五感にうたえます。最後はおふろでおいしそうに温まるぬぐぞうさん。子どもに人気の「とうもろこし」へのさらなる興味をそそるだけでなく、毎日のお着替えやおふろの場面でもマネしやすく、何度もめくりたくなる絵本です。



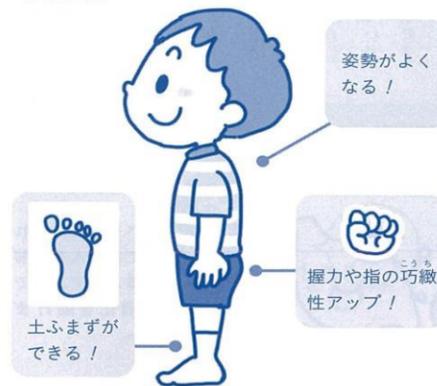
噛むと
いいこと
いっぱい!

体や心を支える土台になる「咀嚼」

子どもの脳が発達するうえで、「手」からの刺激と同じくらい大切なのが、「口」からの刺激です。歯で噛むと脳の発達を刺激し、心の機能をつかさどる「前頭前野」が発達します。前歯で食べ物をかみ切ったりしながら食事することは、前頭前野に良い影響を与えます。

噛むことは「体」の発達の土台!

体の運動能力は、体の上から下へ、また体の中心から末端へと発達します。噛む能力は、その後に発達していくすべての能力の土台となります。



永久歯が生える十分なスペースを確保するためには、乳歯と乳歯の間に適度なすき間が空いていることが必要! 乳歯の間のすき間は、「上あご」の十分な成長によって生まれます。

噛むことで「心」も発達する

よく噛むことは、脳への刺激に直結します。特に、前歯で噛むことは、「心」の機能をつかさどる「前頭前野」を刺激し、発達させます。



思考力



やる気



円滑なコミュニケーション

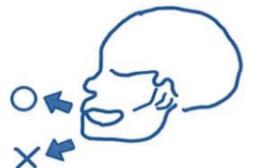


感情のコントロール

上あごを成長させよう!

上あごが育つ6歳までの時期に、しっかり噛んで上あごを刺激することで、歯並びがよくなります。

よく噛むと、上あごが前に成長する。



乳歯の間に、永久歯がきれいに並ぶための十分なすき間ができる。

