



ラブリー

2020年7月号

暑い日が続いていますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか？新型コロナウイルス感染症が落ち着いてきたこともあり、緊急事態宣言も解除されて、少し安心して過ごせるようになってきましたね。このまま終息することを願いながら、体調には十分に気を付けて過ごしていきましょう。いよいよ夏本番！というところですが、今年の夏は過ごし方、遊び方を少し工夫して過ごすことになりそうですね。熱中症も心配されるので、こまめに水分補給をしたり十分な休息を摂ったりと予防もしっかりしていきましょう。

さて、6月は新型コロナウイルスの影響の動向をみていましたが、今月からようやく子育て支援センターの活動を再開できることになりました！！つくみ先生もあみ先生も、またみなさんにお会いできると思うととても嬉しいです♡なかなか活動ができなかった分、より一層張り切っていきますよ～(笑)活動をするにあたって、仙台市から指定された配慮事項がありますので掲載してあります。細かい配慮事項がたくさんありますが、目を通していただき、みなさんのご協力をいただきながら楽しい活動ができるようにしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

七夕ってなあに？

七夕は、昔、中国から日本に伝わった星祭りです。彦星と織姫という男女の星が、天の川をはさんで向かい合っていて、この2つの星が、1年に1度、7月7日にだけ会えるという言い伝えからお祭りが始まりました。七夕には様々な飾りを飾ってお祝いしますが、飾り一つ一つにも意味があるので紹介したいと思います！



吹き流し

機械や技芸の上達



紙衣(かみころも)

裁縫や技芸の上達



☆縫い飾り

昔の人は、糸や布を使って裁縫をして、自分達で着物などを作っていました。裁縫が上手になりますよという願いを込めて作る飾りです。



☆貝

貝も魚と同じように昔から大切な食べ物のひとつでした。たくさんの貝がとれるようにお祈りをしながら作りました。



巾着(きんちやく)

節約・貯蓄の心を養う



投網(とあみ)

豊漁・食べものに不自由しない



くず籠

清潔と節約の大切さ



☆ちょうちん

織姫と彦星が会える一年に一度の日。暗い七夕の夜も、ふたりの顔が良く見えるように、ちょうちんの明かりで照らしたようです。



☆つなぎ飾り

昔はこの飾りを布で作っていたと言われていました。着物の模様みたいに見えますね。



鶴

延命長寿



短冊(たんざく)

歌や書の上達

簡単に作れる飾りもあるので
お子さんと一緒にぜひ作ってみてくださいね☆

☀熱中症に気を付けよう☀

熱中症は予防が大事！

「3密」を避けながら十分な対策をとりましょう。

熱中症は気温が高いなどの環境下で、体温調節の機能がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。熱中症にならないために、新型コロナウイルス感染防止のための「3密」を避けつつ、十分な対策を行いましょう。



(1)暑さを避けましょう！

- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって喚起を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- ・外出時は暑い日や暑い時間帯を避け、無理のない範囲で活動を。
- ・涼しい服装を心がけ、外に出る際は日傘や帽子を活用しましょう。
- ・少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所へ移動し、水分を補給する。

(2)適宜マスクを外して休憩を！

- ・気温・湿度の高い中でのマスクをすると熱中症のリスクが高くなるため注意が必要です。
- ・屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合は、マスクをはずしましょう。
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとったうえで、適宜マスクをはずして休憩を。

(3)こまめに水分補給をしましょう！

- ・のどが渇く前に、こまめに水分を補給する(目安は1日あたり1.2リットル)。
- ・たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクや塩あめなどで水分とともに塩分も補給。

(4)日頃から体調管理をしましょう！

- ・日ごろから体温測定や健康チェックをしましょう。
- ・体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で静養を。

(5)暑さに備えた身体作りをしよう！



たくあんの
食感がやみつき♡

希望園のおすすめメニュー

(今回はつぐみ先生もあみ先生が好きなメニューを紹介します♪)

先生もお友だちも
だいすき♡

バリバリチャーハン

《材料(4人分)》

- ごはん…4膳
- たくあん…5cm程度
- しらす干し…40g
- ごま油…小さじ2
- しょうゆ…大さじ1
- 白いりごま…小さじ2



- ①たくあんはみじん切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、しらす干しをカリカリになるまで炒める。
- ③たくあんを加えて軽く炒め、しょうゆ、白いりごまを加える。
- ④ごはん混ぜたらできあがり！

鶏肉のマーマレード和え

《材料(4人分)》

- 鶏もも肉…200g
- 片栗粉…適量
- 油(揚げ油)…適量
- マーマレードジャム…大さじ1
- しょうゆ…小さじ1



- ①食べやすい大きさに切った鶏肉に片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ②鍋にマーマレードジャムとしょうゆを入れて混ぜ、水(大さじ1~2)で薄めたら火にかけてひと煮立ちさせる。(電子レンジでもOK!)
- ③①に②を絡めたらできあがり！



●子育て支援センター活動実施に際しての配慮事項について(仙台市からの指導事項)

- 保育園行事への招待は行わない。
- 自由来園や育児講座は、人数を制限し混雑しない人数で実施する。おおむね3~4㎡あたり1組以内の利用を目安とする。利用時間は午前・午後で区切り、午前と午後の切り替えの時間で玩具等の消毒をする。
- 利用者の体調(発熱や咳などの呼吸器症状がないこと)を確認し、手洗いやアルコールでの手指消毒をしてもらう。
- 室内の活動では、1~2時間ごとに5~10分の換気を行う。
- 利用する際には、名前や連絡先を記入してもらう。
- 感染者もしくは濃厚接触者と接触した人または、感染症の流行地域に滞在した人は、最後にこれらのあった日から14日間を経過するまでの間、利用は控えていただく。
- 当面、体験保育、園行事の参加、ボランティアの受け入れは実施しない。
- 食事の時間を設けたり、一斉に飲食することを避け、各自で飲み物を持参してもらう。
- 自由来園は、受け入れ人数を制限するなど、適切な感染予防を行った上で実施する。園庭開放は、在園児と触れ合わない時間に設定するなど、感染予防を行った上で実施する。

細かい配慮事項が多くありますが、感染予防対策のためのご理解とご協力をお願いいたします。

2020年 7月

日	月	火	水	木	金	土
			1 子育てサロン つるがや	2	3	4
5	6	7	8	9	10 ラプリーデー	11
12	13	14 原町子育て サロン	15	16	17 あんよサークル	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27 くれよん広場	28	29	30	31	

ラプリーデー

(0~6歳のお友だち)

◎7月10日(金) 10:00~
7月1日(水)から予約を開始します!
(先着9~10組限定となります)

駐車場は園舎の正面になります
キャンセルの場合もご連絡ください。

園庭開放

◎月~金曜日 12:00~15:00
※在園児との接触がない時間帯と
させていただきますので、
ご了承ください。