

# ほほえみ支援センターだより

第189号 令和4年7月発行

山形のだしを食べて、暑つつい夏をのりきりましょう！

夏野菜がより美味しさを増し、店頭に並んでいるパッケージに山形県産の表示が多く見られます。旬なのだ～とあらためて感じながら地元の野菜を味わっています。山形の郷土料理の『だし』は、夏野菜をふんだんに使う夏の定番料理！！白いご飯にかけて食べるほか、冷奴、麺類の薬味としてもおいしいですね。暑さのため、食欲が落ちてしまうこの時期、旬の食材を食べて乗り切りたいですね◎

## 保育園でも大人気！！納豆サラダのご紹介

### 材料【1人分】

ほうれん草20g もやし10g きゅうり10g にんじん10g  
刻み納豆8g しょうゆ、かつお節適量

### 作り方

- ①ほうれん草、にんじん きゅうりを食べやすい大きさに切っておく
  - ②ほうれん草、もやし、にんじんは茹でて冷ます
  - ③野菜に刻み納豆を合わせ、しょうゆとかつお節を加え味を整える
- 夏はきゅうりを多めに入れるのもGOOD！！納豆が入るのでご飯にかけてもおいしく頂けます。保育園で大人気の納豆サラダです。ぜひお試しください。

## 🌸☆七夕 ウィーク☆🌸

7月4日(月)～8日(金)  
お願いごとを書いて笹の葉に飾りましょう。  
みんなの願いが叶いますように！  
手形足形アート製作もできますよ。

### 🌸食育の日『夏野菜について』🌸

7月12日(火)15:00～15:30  
『夏野菜について』園の管理栄養士とお話をしたり、冬瓜に触れる体験を試みませんか？ この機会に冬瓜レンピを増やしましょう！！

食育の日・保健講座・身体測定の日  
は予約された方を優先とさせていただきます。  
空きがある時は当日参加も大歓迎です。

### 🌸保健講座『虫さされについて』🌸

7月5日(火)10:00～10:30  
園の保健師からのお話と手作りアロマスプレーのご紹介を予定しています。保育園の0歳児のお友だちも虫よけとして使っているんですよ。

### 🌸身体測定の日🌸

7月19日(火)10:00～10:30  
園の保健師による身体測定を行ないます。ご希望の方は母子手帳と0歳児はバスタオルをご持参下さい。  
発達・発育の相談もできますよ。

## 7月の予定

| 日   | 月                            | 火    | 水               | 木  | 金   | 土   |
|-----|------------------------------|------|-----------------|----|-----|-----|
|     |                              |      |                 |    | 1   | 2   |
|     |                              |      |                 |    |     | お休み |
| 3   | 4                            | 5    | 6               | 7  | 8   | 9   |
| お休み |                              | 保健講座 |                 |    |     | お休み |
|     | 七夕ウィーク・手形足形アート7月は『おりひめ・ひこぼし』 |      |                 |    |     |     |
| 10  | 11                           | 12   | 13              | 14 | 15  | 16  |
| お休み |                              | 食育の日 |                 |    |     | お休み |
|     |                              |      | バースデーカードプレゼント期間 |    |     |     |
| 17  | 18                           | 19   | 20              | 21 | 22  | 23  |
| お休み | お休み                          | 身体測定 |                 |    | お休み | お休み |
| 24  | 25                           | 26   | 27              | 28 | 29  | 30  |
| お休み |                              |      |                 |    |     |     |

コロナウイルスの感染の状況により、急な臨時閉館、イベントの中止、変更もあります。来館前にお電話でのご確認をおすすめいたします。

## 利用についてのごお願い

- ◎山形市内在住の方のみのご利用とさせていただきます。
- ◎三密を避けるため当面の間各回親子2組までの利用者の制限を行っています。
- ◎ご利用時間は1時間30分を目安にお願いします。
- ◎保護者の方は不織布マスク着用をお願いします。
- ◎2歳児以上でマスク着用ができるお友だちはマスクの着用をお願いします。
- ◎手指の消毒、検温、健康チェック票に記入してからお入りください。
- ◎施設内での飲食はお控え下さい(飲み物のみ可)。

## 以下の方はまたの機会に遊びにきてください

- ◎24時間以内に37.5度以上の熱がある。 ◎咳やくしゃみ、鼻水の症状がある。
- ◎2週間以内に県外への往来がある。
- ◎本人または同居家族が保健所から自宅待機などの行動制限を受けている。

ほほえみ支援センター(ほほえみ保育園内)  
〒990-0822  
山形市北山形一丁目6-5  
TEL 023-643-7176

開所日 月～金  
(土、日、祝日はお休みです)  
開所時間 AM 9:00～11:30  
PM13:30～16:00