



# こんだてひょう

社会福祉法人 七光保育所

令和2年6月1日

梅雨時は、雨の日が続いて、蒸し暑くなったり、寒かったりと不順です。体調を崩しやすくなりますので、規則正しい生活で元気に登所しましょう。

調理室より



## だ液で虫歯予防！



虫歯をつくらないためには、毎日ていねいに歯磨きをすることが大切ですが、実は、だ液も虫歯予防に役立つということをご存知ですか？だ液には、口の中に残った食べかすを押し流したり、虫歯の原因菌を弱らせる作用があります。だ液の分泌を増やすには、歯応えのある食べ物をよく噛むことです。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事の中止や、自粛へのご協力に感謝しています。「緊急事態宣言」の解除に伴い今月より外部講師等を招いての行事を再開したいと思えます。まだまだ油断できないので、状況を見ながら進めていきたいと思えます。ご理解とご協力をお願いいたします。

日	曜	献立名	行事予定
1	月	イタリアン焼きそば、三色やさい和え	衣替え
2	火	魚の塩焼き、ツナサラダ、切干し大根の味噌汁	さつま芋苗植え
3	水	ポークビーンズ、わかめともやしのスープ	
4	木	魚のパン粉焼き、フレンチサラダ、けんちん汁	
5	金	カレーシチュー、ポパイのサラダ、フルーツ	体育教室（幼児組）
6	土		
8	月	きつねうどん、じゃこ和え	
9	火	鶏のさっぱり焼き、シーザーサラダ、オニオンスープ	
10	水	お弁当の日	
11	木	鮭のタンドリー風、バンサンスー、味噌汁	避難訓練 歯科検診（午後）
12	金	そら豆シチュー、カミカミ和え、フルーツ	体育教室（幼児組） 内科検診（午後）
13	土		
15	月	ミートソーススパゲティ、はりはりなます	
16	火	煮魚、三色ごま和え、かに豆腐汁	
17	水	豆腐とツナのぼつとん揚げ、ナムル、かきたまスープ	
18	木	鮭のムニエル、ひじきと大豆の煮物、味噌汁	八久呂太鼓練習日
19	金	ハヤシシチュー、ごまみそ和え、フルーツ	布団持ち帰り日 体育教室（幼児組）
20	土		
22	月	みそラーメン、甘酢和え	
23	火	魚のマリネ、コールスローサラダ、味噌汁	
24	水	チャプチェ、小松菜とひじきの和え物、五目スープ	八久呂太鼓練習日
25	木	鶏肉のみそからめ焼き、切干し大根のごま酢和豆腐汁	身体測定 手話教室（さくら組）
26	金	大豆キーマカレー、鉄分たっぷりサラダ、フルーツ	移動図書交換日
27	土		
29	月	ぶっかけそうめん、じゃが芋のそばろ煮	
30	火	魚のチーズピカタ、かぼちゃサラダ、ワンタンスープ	



おたんじょうび  
おめでとう

