

にち げつ か すい もく きん ど

31	1 ★ 創立記念日	2 ★ 衣替え 交通安全指導	3 ☆ 体	4 ★	5 ★	6
7	8 ★ 体	9 ★	10 ☆ ちやれんじ2	11 ★	12 ★ 手	13
14	15 ★ 体	16 ★ 英	17 ☆ 誕生会	18 ★	19 ★	20
21 父の日 ファミリーデー	22 ★ 体	23 ★ 園見学会	24 ☆	25 ★	26 ☆	27 保育参加日
28	29 代休	30 ★	1	2	3	4

体・・・体操指導あり / 英・・・英語指導あり / 手・・・手話指導あり  
 ★・・・午後ポレポレ(午後の預かり保育)あり / △・・・朝ポレポレ(朝の預かり保育)なし  
 ☆・・・延長ポレポレ(午後延長預かり保育)または、役員、係の託児あり

# 6

JUNE

2026年 月のこんだて

しとくメモ

あじ (鱈/アジ)

魚の種類によっては冬に旬を迎えるものもありますが、一般的には鱈の旬は5月から7月頃とされています。特に6月の鱈は旬の最盛期で、脂が乗って旨味が凝縮され、一年で最も美味しい時期とされています。鱈は、DHA・EPA、良質なたんぱく質、ビタミンB群、ビタミンDなどが豊富な青魚です。皮や骨ごと食べることで栄養を効率的に摂取できます。焼き魚や骨せんべいがおおすすめです。

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
29(月)	30(火)			

【きせつめもろじ】

ちちのひ

MEMO

父の日は、母の日と同じくアメリカ発祥の祝日です。アメリカ合衆国のドッド夫人が「母の日」になって、父親に感謝するために白いバラを贈ったのが始まりです。日本に父の日が入ってきたのは1950年頃ですが、人々の間に広く知られ、実際にお祝いされるようになったのは1980年代です。1981年に設立された「日本ファーザーズ・デイ委員会」が父の日の浸透に寄与しました。今年の父の日は、6月21日の第3日曜日です。日頃の感謝の気持ちをお父さんに伝えてみましょう。