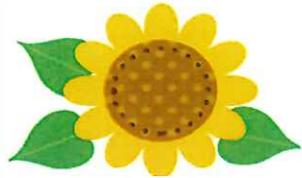


なつやすみのしおり

2021ねん

まさごしらゆりようちえん





# なつやすみのおやくそく

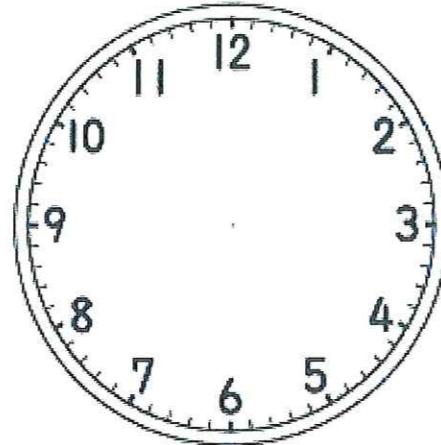
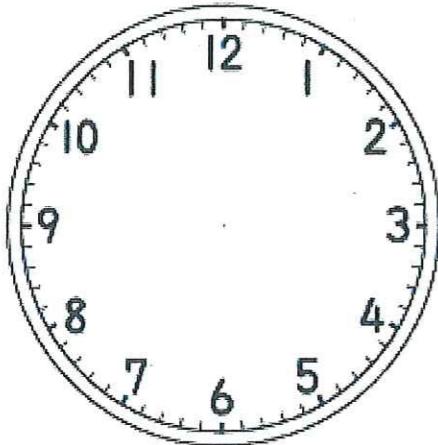


お家の方に  
読んでいただき  
ましょう。



## ☆ 規則正しい生活をしましょう！

リズムを崩さずに、夏休みでも、いつもと同じ時間に起きて同じ時間に寝るように  
しましょう。起きる時間と寝る時間を決めて、下の針を描きましょう。



## ☆ 注意しましょう！

- 1 外に遊びに行くときには、できるだけ暑さを避けてマスクをし、帽子をかぶりましょう。  
※外は暑いので、帽子をかぶらないと具合が悪くなってしまいます。
- 2 外で遊ぶときは、飲み物を持って行き、水分をしっかり摂りましょう。
- 3 外で遊ぶときは、できるだけ涼しい時間帯にしましょう。
- 4 外に行くときは、必ずお家の人と一緒に行きましょう。1人きりにならないように！
- 5 人込みは避けましょう。
- 6 外は危険がいっぱいです。
  - ・道路や工事をしているところでは、遊ばないようにしましょう。
  - ・河川、水路の近くでは遊ばないようにしましょう。
  - ・知らない人には絶対について行かないようにしましょう。



## ☆ やってみよう！

- 1 いつも元気よく挨拶をしましょう。
- 2 一人で着替えをしてみましょう。(脱いだものはきちんとたたみましょう。)
- 3 一日一つ、お家のお手伝いをしましょう。
- 4 外から帰ったら、手洗いとうがいをしっかりとしましょう。
- 5 靴を脱いだら、きちんと揃えましょう(次に履くときに履きやすいです。)

## ☆ 海に行ったら・・・

- 1 海や川に行くときは、必ずお家の人と一緒に行きましょう。1人では絶対にいけません。  
水の中は急に深くなっているところがあります。
- 2 海(磯)にはどんな生き物がいるか、探してみましょう。  
魚やカニなどたくさんの生き物に会えるかもしれません。
- 3 砂浜で遊んでみましょう。  
砂でお山やお城を作ったり、大きな絵を描いたり、波と追いかけっこをしてみましょう。
- 4 貝殻を拾って耳にあててみましょう。  
どんな音が聞こえてくるでしょうか・・・?
- 5 石や貝殻にマジックで顔を描いたり、ボンドで付けたり、生き物に見立てて作ってみたりするのも楽しいでしょう。

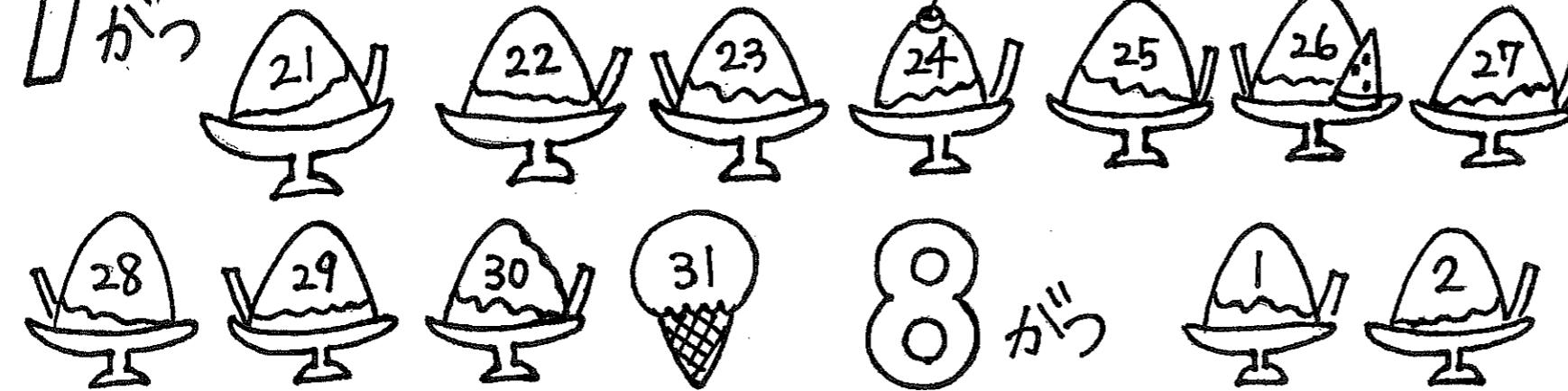
## ☆ 山や高原へ行ったら・・・

- 1 大きく息を吸ってみましょう。きれいな空気で、気持ちがよくなります。
- 2 どんな生き物がいるか探してみましょう。  
草の中や木の上に、いろいろな生き物がいるかもしれません。
- 3 夜になったら、空を見上げてみましょう。  
天気の良い日に外で寝そべって空を見ると、たくさんの星が見られます。  
流れ星も見られるかも☆☆☆

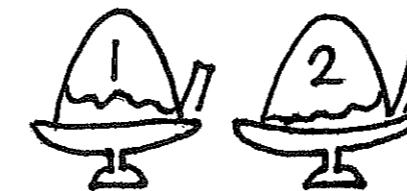
お子さんと一緒にたくさん自然と触れ合ってみてください！

# おしごとかれんだー

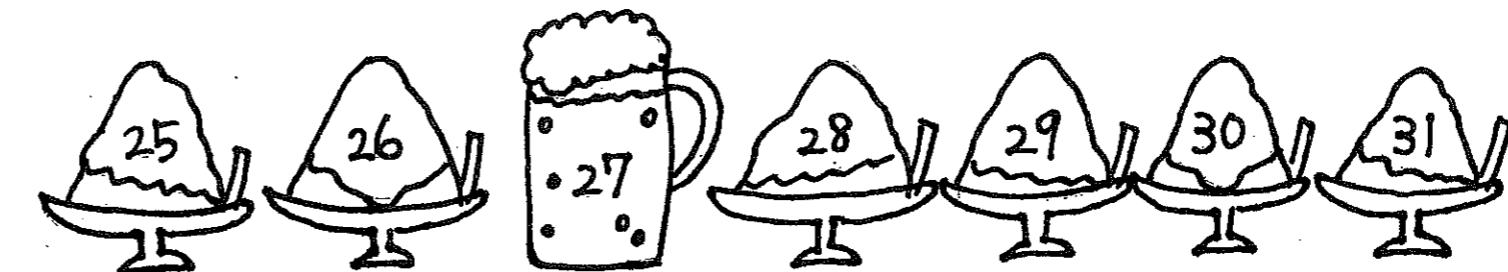
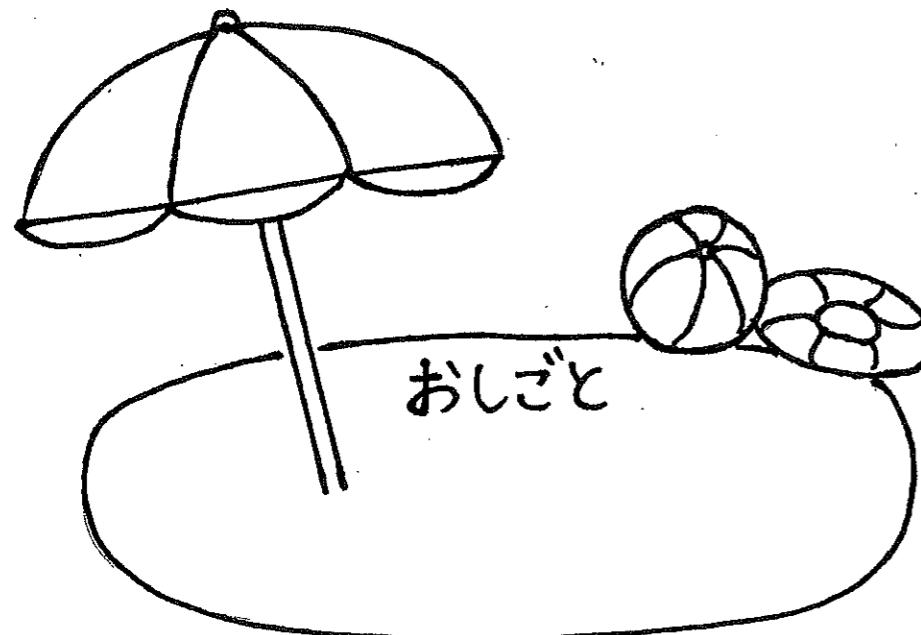
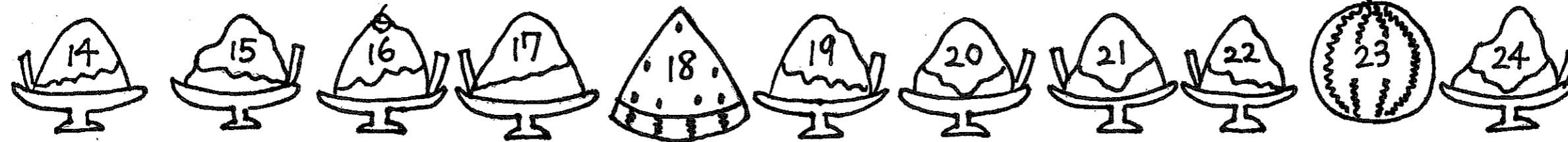
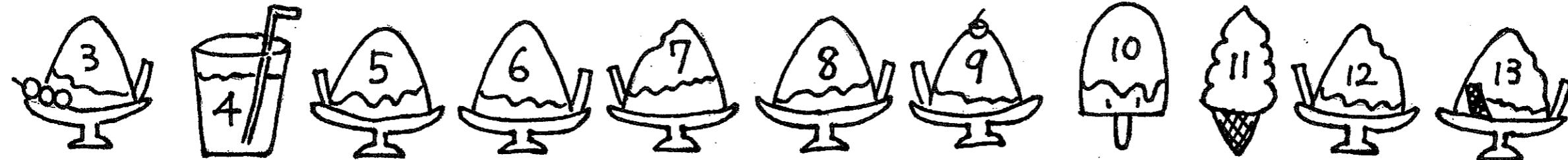
7 がつ



8 がつ



なつやすみちゅう  
1つおしごとをきめて  
はげみましょう。  
できたら、ひにちを  
さがしていろを  
みりましょう。



# ペタくんポタくんと黒いぼうし

垂石 真子

ペンギンのペタくんとポタくんは、南極にある小さなマンションでくらしています。

氷がキラキラまぶしい朝、ペタくんとポタくんは朝ごはん前のお散歩に出かけました。

おや？道にぼうしが落ちています。黒くてつばが広いぼうしです。

「誰かが落としたのかな」と、ペタくん。

ポタくんがひろって頭にのせてみました。

「見て見て！ぼくにぴったり！」

ポタくんは得意になってぼうしをかぶって歩きました。

マンションに帰って、ポタくんがぼうしをとると、

あら不思議、ぼうしの中からウサギがピヨン！

ウサギは一羽だけでなく、次々ぼうしからとび出して、部屋のあっちこっちに逃げて行きます。

ポタくんはびっくりしてもう一度ぼうしをぎゅっとかぶりました。

そして・・・そーっと持ち上げてみました。

クックルー パタパタパタ

今度は白いハトが飛び出しました。

ハトは次々ぼうしから飛び出して、部屋の中を飛び回るやらカーテンにとまるやら。

「どうしよう、ぼうしの中からいろいろ出てくるよおー」

ポタくんは泣きそうになって、またぎゅっとぼうしをかぶりました。

ウサギとハトは朝ごはんを作っているペタくんの頭にとまったり、

鍋の中にかくれたりするので、

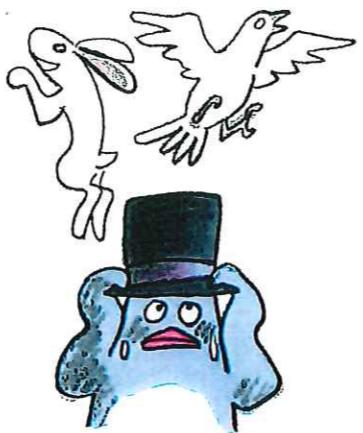
「ポタくん、これじゃ朝ごはん作れないよ！」

そのときドアが開いて、黒いタキシードと蝶ネクタイをした

セイウチのおじさんが入ってきました。

「ああやっぱり、こんなところに！」

おじさんはポタくんからぼうしを取って、つえをひとつり。



すると、ウサギもハトもあっという間に  
ぼうしの中へ。

「お騒がせしました。

私はセイウチサークスの魔術師です。

明日、この町でセイウチサークスの公演があります。

おわびに君たちをご招待いたします

そして「これは朝ごはん」と言って、

ぼうしからホカホカの

ホットケーキを出してくれました。

次の日、ペタくんとポタくんは

セイウチサークスに行きました。

おじさんが黒いぼうしをつえでたたくと、

ぼうしの中からイルカの群れが飛び出して、

空中でボール遊びを始めました。

おじさんがもう一度ぼうしをたたくと、

なんと、大きな大きなクジラが出てきて、

観客にシャワーをあびせました。

みんなびしょ濡れで大喜びです。

「すごいねえ、ポタくん」

「うん、ぼうしを返してよかった！」

ぼうしからあんな大きな

クジラが出たら、ぼくたちの家

こわれちゃったよ！きっと」

(おしまい)



59 絵・垂石真子

# 七色のしましま

山下 みゆき

丘の上にすむ、ぼくのおじさんは、たくましいクマ。

体をきたえ、小さな飛行機のてんけんをしながら、ずっと遠い空を見ている。

飛行機の燃料は、いつもまんたん。

ある日、ぼくがチョウを追いかけて、虫とリアミをふりまわしていると、

おじさんが声をかけてきた。

「なかなか、いいアミさばきだ。ぼうず、オレの仕事を手伝わないか？」

ぼくはその場で、ぴたりと止まった。

「いいよ。でも、おじさんの仕事ってなに？」

「虹が出たら、おしえてやるよ」

ぼくは、虹が出る日をまったく。

虹っていつ出るんだっけ？

雨のあとで、しかも、晴れなきゃダメ？

えーと。

でも、六月のおわりごろ、遠い空に虹が出た。

おじさんは飛行機でぼくをむかえにきた。

「出発だ！ うしろにのってベルトをしろ、虫とリアミをわすれるな！」

ベルトをしめたとたん、飛行機は、空に向かってすごいスピードで飛びあがった。

まっすぐに虹へとつきすすむ。

虹が目の前にきたとき、おじさんは大きなハンマーをとり出した。そして、たくましい

腕ににぎったハンマーで、きらきらかがやく虹を思いっきりぶつたいたんだ。

がつーん！

虹は、くだけて、バラバラおちはじめた。おじさんは、くるりと飛行機を宙返りさせて、

大声でさけんだ。

「すくえ～～！」

「えっ？」

「虫とリアミで、すくうんだ～～！」

ぼくは、虫とリアミをふりまわし、落ちているとちゅうの虹のかけらを、ひっしにすくった。

何度もすくって、座席が虹のかけらでいっぱいになった。

たくさんとれた虹のかけらを見て、おじさんはとてもよろこんでくれた。

「いつもは、すぐうのも自分でやっていたんだが、助かったよ」

「このかけら、どうするの？」

「元気のないやつを見つけて、プレゼントするのさ」

おじさんは、大きなリュックに虹のかけらをつめこむと、町の方へ出かけた。

少しきわけてもらった虹のかけらは、ほんのりあまいアメだった。

夜になめると、体が七色のしま模様になって光る。

手も、顔も、光る。

七色のしましまになって、ぴかぴか光っていると、ちょっと元気が出る。

おじさん、誰にプレゼントしたんだろう。

今ごろ町では、ちょっと元気が出た人が、みんなで、ぴかぴか光っているかな。

(おしまい)

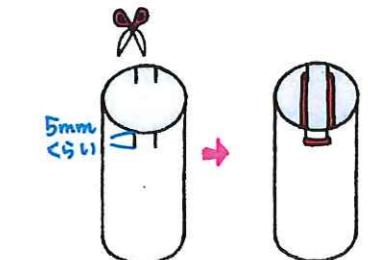


# こうさく

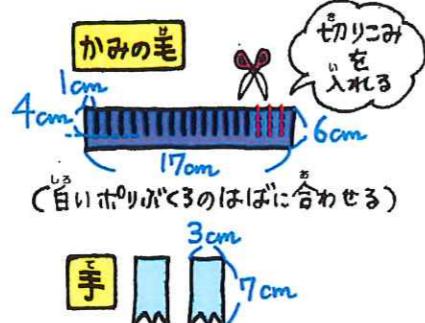
## びっくりおばけ

- 白いポリぶくろ 1まい
- カラーポリぶくろ(すきな色 1~2色) かく1まい
- トイレットペーパーのしん 1こ
- わゴム 1本
- ビニールテープ(すきな色 4~5巻)

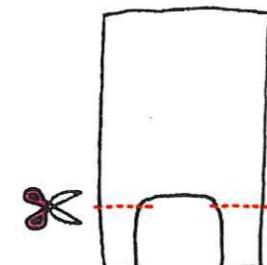
### 作り方



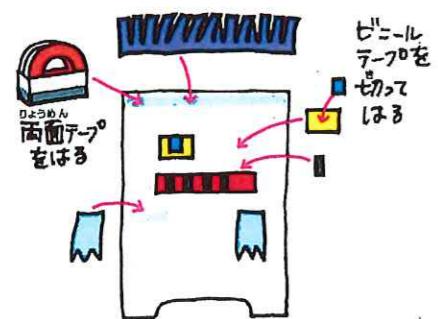
1 トイレットペーパーのしんに  
4かしょ切りこみを入れて、わ  
ゴムをかける。



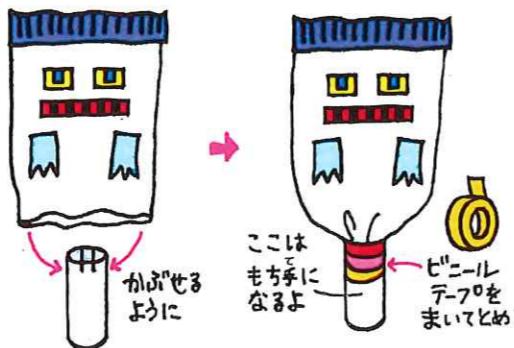
2 カラーポリぶくろを切って、お  
ばけのかみの毛と手を作る。



3 白いポリぶくろのも  
ち手を切りとる。



4 3にビニールテープを切ってはり、お  
ばけの顔を作る。2のかみの毛と手を両面  
テープではる。



5 4を1のわゴムをつけた方にかぶせる。空気が  
もれないようにビニールテープでしっかりとはつ  
て、かんせい！



おばけをもち手の中に  
おしこんで、いきをふきこむと、  
おばけがバアッ！



ふくらませたおばけのもち手に、  
玉や小さく切ったおり紙を入れて、  
いきおいよくとばそう！

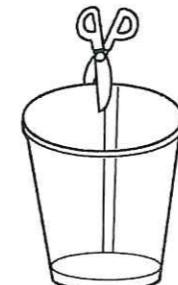
## 紙コップ人形

### 用意するもの

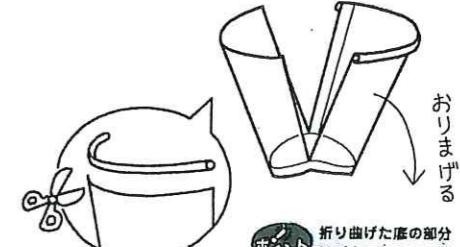
- 白い紙コップ・タコ糸

### 作り方

①コップの貼り合わせた部分を底まで切る。

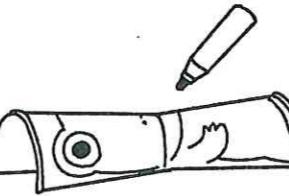


②反対側も底まで切り、底が合うように開く。



**ポイント** 紙コップの底は浮いています。底に穴をあけないよう注意。

③底を口にして絵を描く。



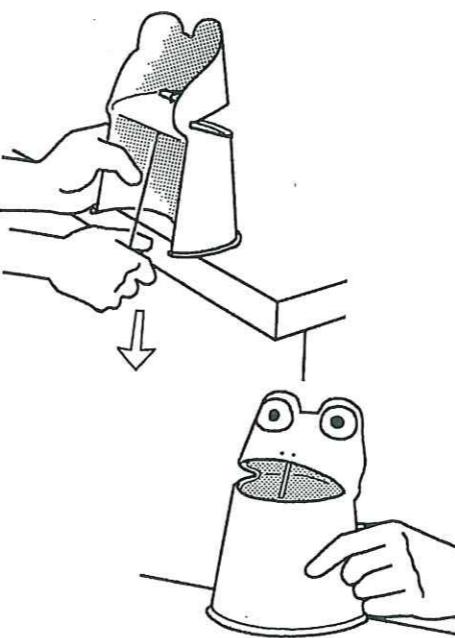
**ポイント** 先にコップの底を落としてから、カーブにそってはさみを入れる。縁は止めとして使うので抜かないようにする。



④上半分を切り抜く。



⑤底に2か所穴をあけ、  
糸止めをつけたタコ糸を通す。



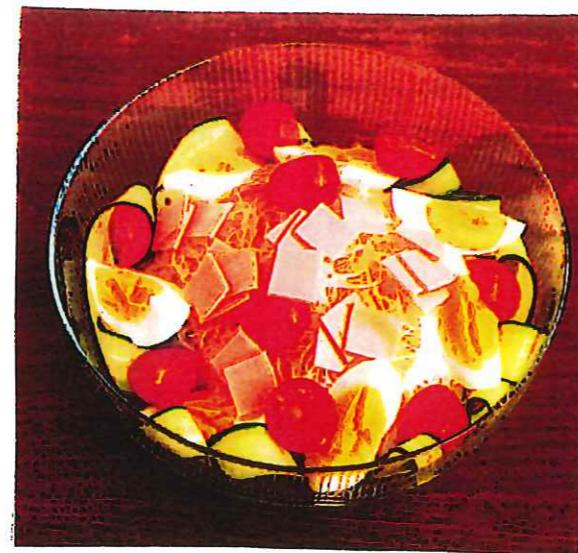
# つくってみよう

## こどもサラダ

(材料) 緑豆春雨 80 g ハム 4枚 ゆで卵 2個  
きゅうり 1本 プチトマト 5個  
たれ [しょうゆ、酢 各大さじ1 1/2  
砂糖、ごま油 各小さじ1弱]

(準備) 緑豆春雨は熱湯に2分ほどつけてもどし、ざるに上げてさっと水で洗ってから水気をきつておく。

- ① きゅうりはピーラーで薄切りに、ハムはギザ歯のナイフで角切りにする。春雨は食べやすい長さに切る。
- ② ゆで卵は殻をむき、ぴんと張った糸でくし形に切る。
- ③ たれの材料を合わせる。
- ④ 春雨、きゅうり、ハムを器に盛り、ゆで卵と半分に切ったプチトマトをのせて3のたれをかける。



## パンのスフレ

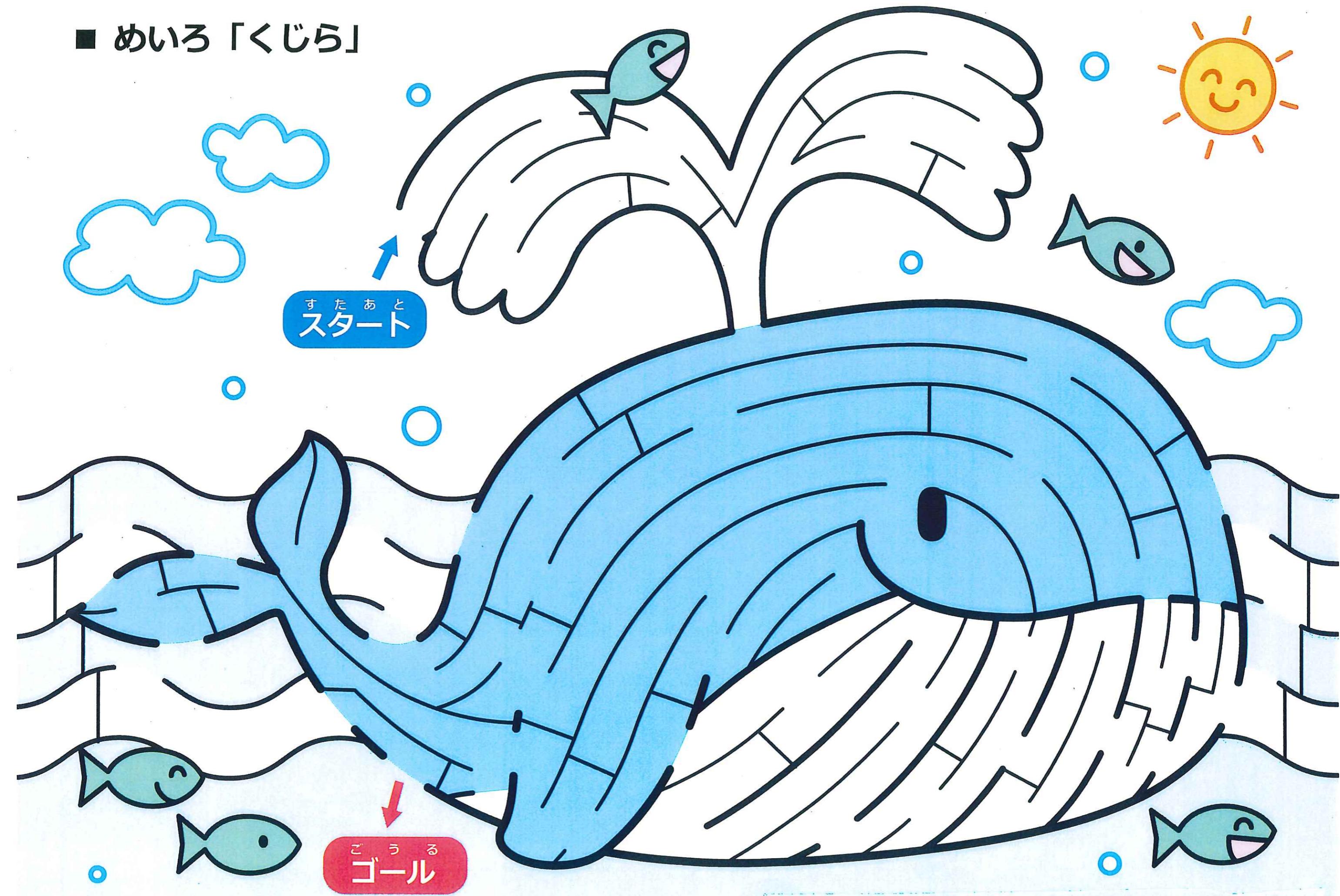
(材料) 直径約9cmのココット 5個分  
食パン(6枚切り) 2枚 ベーコン 2枚 (30 g)  
ホールコーン 大さじ5 (60 g) 卵 2個  
牛乳 2カップ ピザ用チーズ 60 g  
塩 小さじ1弱 こしょう 適量

(準備) 食パンの耳を切り落とす。

- ① 食パンを手で小さくちぎる。ベーコンは5mm幅に切る。
- ② ボウルに卵を割り入れて泡だて器でほぐし、牛乳を加えて充分に混ぜる。塩、こしょうで味をつけておく。
- ③ ココットにパンとコーン、ベーコン、半量のチーズを入れ2を流し込む。
- ④ 5分ほどおき、パンに液がしみ込んだら残りのチーズを散らし180℃のオーブンで約20分焼く。



■ めいろ「くじら」



## ■めいろ「くらげ」

