

# ななほしだより

平成29年4月

ななほしキッズ

ご入園、ご進級おめでとうございます。

暖かな春の陽気とともに新年度がスタートしました。今年度も子どもたちそれぞれ一人ひとりのペースを大切にしながらいろいろなことを思いっきり楽しんでいきたいと思えます。皆様のご協力をよろしくお願い致します。

## 4月の行事

1日	土	安全点検
3日	月	新入児歓迎会 (新職員紹介)
4日	火	交通指導
6日	木	エコ活動
11日	火	避難訓練 緊急対応訓練
13日	木	身体計測
14日	金	誕生会
22日	土	親子遠足
5, 12, 19, 26日はリズムあそび		



## 新しいお友達

とうぼう あきとさん(0歳) かねまる たいきさん(1歳)  
えびはら さやさん(1歳) しもだ あおいさん(1歳)

## 新しい職員

丸山 智美保育士(にじぐみ担当)

よろしくお願ひします!

## お礼

保護者説明会ではお忙しい中、ご参加頂きまして本当にありがとうございました。これから一年間、職員一同子どもたちと共に楽しみながら成長を見ていきたいと思えます。ご意見ご要望をお聞かせください。

## お知らせ

- 4月22日は遠足です。親子で春を満喫しましょう！  
詳細は後日お知らせいたします。
- 今年度も野菜を育てたり、生き物を観察していきます  
(エコ活動)。送り迎えの時に、一緒に覗いてみてください。

## お願い

今月から本格的に登降園時のチェックがタブレット利用となります。皆様のご協力をよろしくお願い致します。わからない時や間違ってしまった時は遠慮なく近くにいる保育士に声をお掛けください。

## 保育活動で1年間取り組んでいくこと!

### リズムあそび

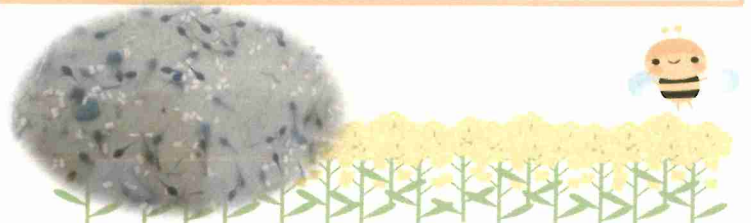
毎週水曜日はリズムやふれあいあそびを楽しみます。

### 散歩

毎日色々な所へ行って自然に触れます。  
体調が悪い時は朝の登園時にお知らせください。

### エコ、食育活動

野菜作りをしたり、生き物を育てていきます。





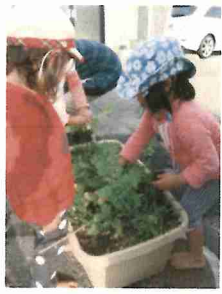


# エコ、食育



大根、レタス、ほうれん草の収穫をしました。

レタスを包丁で切り、中を観察すると子どもたちは興味深く見  
ていました。大根のあとには、1歳児さんがじゃがいもを植え  
ました。これから育つ様子をみていきます。H29年4月







# 4月ほしぐみだより



平成29年4月 小規模保育園  
ななほしキッズ

## 入園おめでとうございます。

さわやかな春の陽気に誘われて花々も咲き、新しい生活の始まりです。園生活“はじめての一步”は、さまざまですが、一人ひとりの歩みを大切にしてこれからの成長を見守っていきたいと思います。保護者の皆様も、何かとご心配だと思いますが、私達も心をこめて子供たちと触れ合っ、楽しいほしぐみにしていきたいと思っていますので、ご支援 ご協力をよろしくお願い致します。



☆今月の保育目標 保育士とかかわりながら信頼関係を築き、新しい環境に慣れ、安心して過ごせるようにする。



## お友だちと、先生の紹介です



ほんだ けんとさん(1歳7ヶ月)  
かねまる たいきさん(1歳3ヶ月)  
しもだ あおいさん(1歳2ヵ月)

とうぼう あきとさん(11ヶ月)  
いわきり こころさん(8ヶ月)

椎葉 幸香 保育士

原 久美子 保育士

一人ひとりの育ちを大切にして、毎日楽しく安心して園生活が送れるように過ごして行きたいとおもいます。



### おねがい

- ☆お休みされるとき、遅れて登園されるときは8:30までに連絡をお願いします。
- ☆体調がすぐれないときや気になることがある時は、登園時に保育士へ連絡してください
- ☆持ち物には、名前を書いてください。  
名前が消えているのではありませんか??

### 持ち物

- ☆週の初めにお昼寝用の布団  
(毎週持ち帰り、洗濯、日光消毒をお願いいたします。)
- ☆毎日持ってくるもの
  - \*連絡ノート
  - \*着替え上下2~3組
  - \*エプロン2枚・手拭きタオル1枚・おしぼり3枚
  - \*エコバック2枚(着替え用・タオル用)
  - \*オムツ5~6枚(記名をお願いいたします)
- すべての持ち物に分かる様に記名をお願いいたします。





# 4月クラスだより



にじぐみ

H.29 4月

花々が春風に揺れ、新しいスタートの季節をお祝いしているかのようです。1歳児4名、2歳児8名、計12名の子どもたちとともに平成29年度にじぐみがスタートします。子どもたちが安心して生活し、笑顔で過ごせるよう、あたたかく優しさにあふれたクラスにしていきたいと思います。これからどうぞよろしくお願ひいたします。



## \*持ってくるもの\*

### 週のはじめに

\*お昼寝用布団

(毎週持ち帰り、洗濯、日光消毒をお願いします。)



### 毎日持ってくるもの

\*連絡ノート

\*肌着、パンツ、洋服上下2~3組

\*タオルセット

(エプロン2枚・手拭きタオル1枚・おしぼり3枚)

\*エコバッグ2枚(着替えた衣服やタオルを入れます)

\*オムツ(記名をお願いします)



- 朝ごはんはしっかり食べましょう。
- お休みされるとき、遅れて登園されるときは、8:30までに連絡をおねがひします。
- 体調がすぐれないときや気になることがあるときは登園時に保育士へ連絡してください。
- 爪が伸びていないか確認をお願いします。
- 持ち物にはすべて記名をお願いします。



すべての持ち物に大きく記名をお願いします



おともだちの紹介(1歳児はうさぎグループ、2歳児はきりんグループです。)

### うさぎグループ(1歳児)



えびはら さやさん(新入児)  
 たに あかりさん  
 きゅうしま かけるさん  
 つるまる そうしさん

担任: 丸山 智美保育士



### きりんグループ(2歳児)



みやた あおとさん いず かなさん  
 たかす かいとさん わかまつ ゆきひささん  
 とうぼう いつきさん はやかわめいさん  
 こだま はるさん わたなべ あらたさん

担任: 米崎 郁予保育士 小八重みゆき看護師

毎日の散歩やリズムあそびの中で五感を十分に刺激し、子ども達の成長をゆっくりあたたかく見守っていきたいと思います。



# げんきだより

清武社会福祉会

4月号

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。

今年も、保健に関する情報を「げんきだより」を通してお知らせしていきます。

## 生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

### ① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

### ② 朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

### ③ うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

## 園で預かる薬について

お薬をご持参される場合は、毎回の依頼書の記入とお薬の説明書、印鑑が必要になります。一回分の薬（名前の記入）と一緒に職員に手渡ししてください。なお、解熱鎮痛剤、頓服薬、吸入薬、座薬はお預かりすることができませんのでご了承ください。その他、ご不明な点がございましたら職員にお問い合わせください。また看護師が不在の園につきましても、その都度、園長へご相談ください。

## 春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまっているのかもしれませんが、初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。

### かぜかな？と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける

熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。

## 発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われ、体は一時的に弱った状態に…。熱が下がっても体はまだ回復していないので安静に過ごさせてあげたいものです。

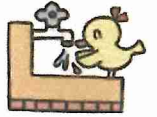
また、朝薬を飲んできた時にはお知らせ下さい。薬の種類によっては、眠気を催すものもありますので、園でも注意して対応していきたいと思っております。

よろしくお祈りします





# 4月食育だより



ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ給食が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っています。



## 朝ごはんを食べよう!

- \* 朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。
- \* 朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!



## 朝食と生活リズムの関係



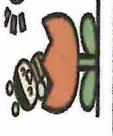
朝食をしっかりと食べることで、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。朝ごはんを食べるためには、朝ギリギリまで寝ていると食欲が出ないため、早寝・早起きが大切です。毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。また、家族もいっしょに規則正しい生活を送ると、子どもたちにも自然に生活リズムが身につきます。



3月のメニューです。  
3月になると、苦手な食べ物もほとんど食べれるようになりました。おやつは、おはぎや焼きそば、マカロニの黄な粉和え、ピーチケーキなど手作りおやつも食べました。







曜日	日	朝の未満児おやつ	副食	材料	主食	3時 おやつ
月	10 24	ヨーグルト	鶏のから揚げ ポテトサラダ・添)トマト 野菜スープ	鶏肉・塩・コンソウ・小麦粉・油 じゃが芋・卵・きゅうり・人参・玉ねぎ・マヨネーズ・塩・コンソウ 乾)わかめ・えのき草・きやべつ・人参・ねぎ・醤油・みりん・鶏がら		お茶 おにぎり(わかめご飯の素・ごま) きゅうりの浅漬け
火	11 25	牛乳 バナナ	魚の照り煮 菜の花風和え 竹の子の味噌汁・果物	魚の切り身・砂糖・醤油・みりん・油 ほうれん草・人参・ホールコーン・砂糖・醤油 竹の子・玉ねぎ・油揚げ・乾わかめ・ねぎ・味噌・煮干し / パイン缶		牛乳 ロールカステラ
水	12 26	牛乳 卵ボーロ	豆腐のそぼろ煮 ハムともやしの中華和え じゃが芋のみそ汁	豆腐・合びきみんチ・玉葱・人参・干し椎茸・グリーンピース・油・砂糖・醤油・片栗粉・だし汁 ハム・もやし・きゅうり・卵・油・酢・醤油・砂糖・ごま油 じゃが芋・しめじ草・人参・ねぎ・味噌・煮干し		牛乳 プリン(プリン用の素・牛乳・水) みかん缶
木	13 27	牛乳 ビスコ	パンアキンシチュー きやべつとコーンのサラダ 果物	鶏肉・玉葱・人参・じゃが芋・南瓜・油・バター・小麦粉・牛乳・スキムミルク・グリーンピース・鶏がら きやべつ・ホールコーン・人参・きゅうり・油・酢・砂糖・塩・コンソウ オレシジ		お茶 カップヨーグルト クッキー
金	28	牛乳 せんべい	魚のチーズ焼き つわぶきの炒め煮 じゃが芋のみそ汁	魚の切り身・塩・小麦粉・油・マヨネーズ・粉チーズ・ピーマン・赤ピーマン つわぶき・天ぷら・人参・ごま油・砂糖・醤油・だし汁 じゃが芋・えのき草・葱・油あげ・味噌・煮干し		牛乳 黒砂糖入り蒸しパン (小麦粉・黒砂糖・卵・バター・牛乳)
土	1 15	牛乳 ビスケット	肉うどん 春きやべつ(即席漬け 果物)	うどん・牛肉・砂糖・醤油・酒・人参・生椎茸・葱・醤油・みりん・煮干し きやべつ・きゅうり・人参・塩こんぶ・塩・醤油 バナナ		牛乳 ミニパン
月	3 17	牛乳 チーズ	ミネストローネ チキン甘辛煮 おおかサラダ	ベーコン・玉葱・人参・じゃが芋・しめじ草・スダチイ・さやいんげん・油 チキンステック・砂糖・醤油・ワイン・油 / 塩こしょう・鶏がら・トマトピューレ・醤油 人参・きゅうり・醤油・かつお節		牛乳・パン・キンマフィン (バター・ケーキシロップ・ 卵・砂糖・小麦粉・南瓜)
火	4 18	ヨーグルト	魚のアツパルソース 野菜サラダ もずくスープ	白身魚・塩こしょう・片栗粉・油・りんご・玉葱・砂糖・酢・醤油 トマト・胡瓜・キャベツ・(マヨネーズ) もずく・レタス・人参・豆腐・えのき草・葱・醤油・塩こしょう・ごま油・かつお節・だし昆布		牛乳 いちご せんべい
水	5 19	牛乳 バナナ	筑前煮 ほうれん草のしらす干し和え 千切大根のみそ汁	鶏肉・ちくわ・人参・グリーンピース・干し椎茸・里芋・竹の子・油・砂糖・醤油・みりん・だし汁 ほうれん草・しらす干し・ごま・砂糖・醤油 千切大根・人参・油揚げ・にら・味噌・煮干し		牛乳 ピザトースト (具)シン・クアアヤツノ・シツ 缶・ピーマン・玉葱・チー ズ)
木	6 20	牛乳 コーンフレーク	和風キツシユ 白菜のツナ和え・添)トマト すまし汁	豚ひき肉・長ネギ・人参・生椎茸・砂糖・醤油・豆腐・卵・塩・油 白菜・もやし・人参・ツナ缶・醤油 麩・えのきたけ・乾)わかめ・人参・ねぎ・醤油・塩・かつお節・だし昆布		牛乳ココア (牛乳・ココア・砂糖) 日向夏・チーズ
金	7 21	牛乳 あられ	チキンカレー ひじきとチーズのサラダ 果物	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・グリーンピース・油・にんにく・バター・小麦粉・カレー粉・りんご・牛乳 ひじき(砂糖・醤油)・しらす干し・人参・胡瓜・チーズ・ごま・ごま油・酢・醤油・塩 りんご		お茶 フルーツムース・クッキー (フルーチェ・牛乳・果物缶)
土	8 22	牛乳 クッキー	海ぞくビーフン 青菜の味噌汁	ビーフン・豚肉・むきえび・いか・人参・玉葱・きやべつ・にら・油・醤油・塩こしょう 青菜・しめじ草・油揚げ・人参・葱・味噌・煮干し		牛乳 ステイツクパン
誕生会	14	牛乳 せんべい	ビーフカレー から揚げ・添)レタス スパゲティサラダ・乳酸飲料	牛肉・人参・玉葱・じゃが芋・いんげん・にんにく・油・カレー 鶏肉・生姜・醤油・片栗粉・油 / レタス スパゲティ・胡瓜・人参・マヨネーズ・塩こしょう / ヤクルト		牛乳 フルーツゼリー

都合により、メニューが変わることがあります。ご了承ください。







# げんきだより



清武社会福祉会

4月号

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。

今年も、保健に関する情報を「げんきだより」を通してお知らせしていきます。



## 生活リズムを身につけよう



入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

### ① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

### ② 朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

### ③ うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。



## 春先のかぜ



まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまっているのかもしれない。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。

### かぜかな？と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける



熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。



## 園で預かる薬について



お薬をご持参される場合は、毎回の依頼書の記入とお薬の説明書、印鑑が必要になります。一回分の薬（名前の記入）と一緒に職員に手渡ししてください。なお、解熱鎮痛剤、頓服薬、吸入薬、座薬はお預かりすることができませんのでご了承ください。その他、ご不明な点がございましたら職員にお問い合わせください。また看護師が不在の園につきましても、その都度、園長へご相談ください。



## 発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われ、体は一時的に弱った状態に…。熱が下がっても体はまだ回復していないので安静に過ごさせてあげたいものです。

また、朝薬を飲んできた時にはお知らせ下さい。薬の種類によっては、眠気を催すものもありますので、園でも注意して対応していきたいと思っております。

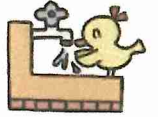
よろしくお祈りします



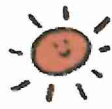




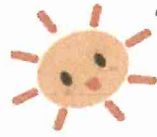
# 4月食育だより



ご入園、ご進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たにおいしい給食作りを目指します。食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ給食が待ち遠しくなったり、ホッとする時間になるように願っています。



## いってきます!



## 朝食と生活リズムの関係



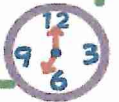
### 朝ごはんを食べよう!



- \* 朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。
- \* 朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!



朝食をしっかりと食べることで、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。朝ごはんを食べるためには、朝ギリギリまで寝ていると食欲が出ないため、早寝・早起きが大切です。毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。また、家族もいっしょに規則正しい生活を送ると、子どもたちにも自然に生活リズムが身につきます。



3月のメニューです。

3月になると、苦手な食べ物もほとんど食べれるようになりました。おやつは、おはぎや焼きそば、マカロニの黄な粉和え、ピーチケーキなど手作りおやつも食べました。

