



かのっこだより



令和5年
南加納保育園

さわやかな5月の風に元気に泳ぐこいのぼり。園庭では、汗をかきながら元気いっぱい遊ぶ子どもたちの姿が見られます。新年度がスタートして一ヶ月が過ぎ、新しい環境にも慣れてきたようです。日中は暑い日もありますが朝夕は肌寒い日もありますので、体調を崩さないように気をつけましょう。

		5月行事予定
1	月	こいのぼり運動会 安全点検・清掃の日
2	火	
3	水	憲法記念日
4	木	みどりの日
5	金	こどもの日
6	土	
7	日	
8	月	身体計測（以上児）
9	火	身体計測（未満児） 絵画教室
10	水	ダンス教室
11	木	交通指導
12	金	誕生会
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	さくらんぼリズム
17	水	避難訓練
18	木	内科検診（12:15～）
19	金	スポーツ教室 （年中児・年長児）
20	土	
21	日	
22	月	エコ活動の日
23	火	英語教室
24	水	防犯訓練
25	木	歯科検診（12:00～）
26	金	音楽教室
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	スポーツ教室 （年少・年長）
31	水	

5がつうまれのお友だち

- みずもと ゆうすけ さん (2さい)
- たけだ りゅうま さん (3さい)
- なかはた ゆい さん (5さい)
- はまだ はると さん (5さい)



★久しぶりに行われた親子遠足は天候にも恵まれ、保護者の方と一緒にゲームをしたりお弁当を食べたりして、楽しく過ごせたようです。友達と一緒に走ったりしながらはしゃぐ子ども達の姿も見られ、楽しい思い出ができたと思います。ご協力ありがとうございました。

★お迎えの際に、駐車場に車が止められずに待っておられる保護者の方もいらっしゃいますので、出来るだけ早めの移動をお願いします。

★今月は18日に内科検診、25日に歯科検診を予定しています。なるべくお休みをされないようお願い致します。



ひよこ組

☆保育目標

- ・連休明けの生活リズムを整えながら、安心して過ごせるようにする。
- ・春の自然に触れながら、戸外遊びや外気浴を楽しむ。

☆新年度がスタートして1ヶ月が経ち、登園時に泣いていた子ども達も少しずつ園での生活に慣れてきて、笑顔もたくさん見られるようになりました。

おもちゃで遊んだり、つかまり立ちや伝い歩き、ハイハイなどで活発に活動する姿も見られるようになりました。





うさぎ組



☆保育目標

- ・一人一人の気持ちを受け止め、ゆったりとした雰囲気の中で安心して過ごせるようにする。
- ・保育者と十分に触れ合い、一緒に好きな遊びを楽しむ。

☆4月の始めは新しい環境に慣れず泣く姿も見られましたが、少しずつ園生活にも慣れて自分で好きな遊びを見つけ活発に遊んでいます。

いろいろなことに興味を持ち始めてきたので、5月は子ども達の新しい姿が見られそうです。



くま組



☆保育目標

- ・保育者と一緒に身の回りのことをしようとする。
- ・自分の好きな遊びを楽しんだり、友達とのやり取りを楽しむ。

☆保育者や部屋が変わり不安で泣いている姿が多く見られましたが、少しずつ慣れてお友達と楽しく遊んだり保育者に甘えてきてくれるようになりました。 戸外遊びが大好きで滑り台を何度も滑ったり、お兄ちゃん達と一緒に虫探しをして楽しんでいます。



らいおん組



☆保育目標

- ・進級したことに喜びを感じ、新しい友達や環境に慣れ安心して過ごす。

☆始めはドキドキ、わくわくしながらもちょっぴり緊張していたらいおん組の子ども達でしたが、あっという間に新しいクラスでの生活に慣れ、笑顔が多く見られるようになりました。

園庭ではダンゴムシを探したり、お友達と追いかけてっこをしたりしてたくさん体を動かして遊んでいます。室内ではままごとに夢中で、「せんせいできたよ!」といろいろな料理を食べさせてくれます。朝の準備や着替えなど自分でできることも増え、頑張っている姿に日々の成長を感じ嬉しく思っています。 楽しい毎日が送れるように健康管理に気を付けながら過ごしていきたいと思います。



ぞう組



☆保育目標

- ・健康な生活の仕方を知り、身の回りのことを自ら進んでしようとする。
- ・身近な自然に触れながら、戸外遊びや散歩を楽しむ。

☆新しいクラスが始まり、1ヵ月が経ちました。生活の流れも少しずつ身に付いたきたようで、自分達のことだけでなく、お友達や保育者の手伝いも積極的に頑張ってくれています。

また、スポーツ教室や英語教室などにも喜んで参加し、楽しそうな姿が見られます。





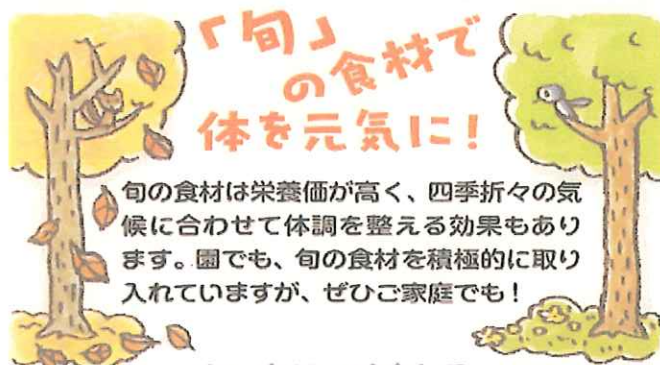
目に鮮やかな新緑の季節になりました。入園・進級して1か月がたち、新しい環境や生活にも慣れてくる頃です。子どもたちは園の食事にも落ち着いて食べています。野菜の苗を植えるなど、食育活動も楽しんでいます。



ピーマン、オクラ、なすの苗を植えました。



♡秋にみんなで蒔いたヒマワリの種が、寒さに耐えて立派な花を咲かせました。子どもたちも「やっと咲いたね!」と喜んでいます。



旬の食材の健康効果

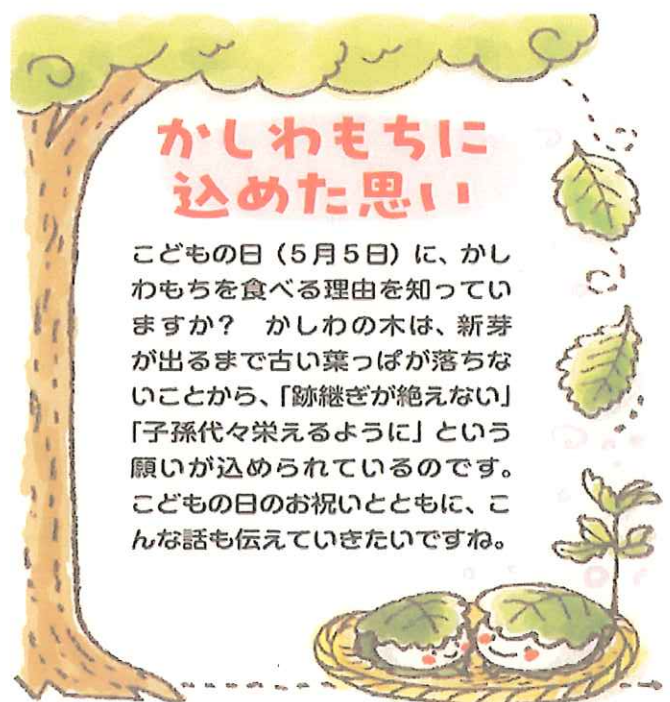
冬の根菜類は冷えた体を温める。



山菜の苦みは、体を目覚めさせる。

脂肪分の多い木の实や魚で冬の寒さに備える。

水分の多い野菜や果物が体の余分な熱を取る。





げんきだより

令和5年 5月号
清武社会福祉会

新年度がスタートして、早くも1ヶ月が経ちました。子どもたちも新しい環境に少しずつ慣れ、自分のペースで園生活を楽しめるようになってきているようです。



[子どもの5月病]に要注意！

5月病は近年、大人のみならず小学生や幼児へと低年齢化が進んでいます。見た目ではわかりにくい子どもの5月病。そんな子どものSOSに気づいてあげるために症状や原因、対策を知っておきましょう

精神的症状のサイン：・ぼーっとしていることが多くなった ・すぐにイライラして八つ当たりするようになった ・保育園に行きたがらない ・一人になりたがる 等

身体的症状のサイン：・朝、なかなか起きられない ・眠れない ・頭痛や腹痛を訴える ・食欲がなく、食べる量が減っている ・疲れやすくゴロゴロしていることが多くなった ・今まで出来ていたことが「できない」「やって」など、何かと理由を付けて困らせたり、泣いたり、元気がない 等

原因：・新しい環境や生活に適応できず悩んでしまい、早く適応しなくてはという思いから頑張る気持ちが空回りし、焦り、ストレス状態に陥る ・連休中の朝寝坊や夜ふかしなどのだらだら生活を休みが明けてからもなかなか元に戻せない 等

対処法：・子どもの気持ちに寄り添い、話を聞いてあげる ・既に頑張っている子に「頑張って」と言ったり、何かを無理強いせず、「よくあることだよ」「無理しなくていいよ」と声かけをする ・毎日たくさんほめて、いっぱい抱きしめてスキンシップをとる ・規則正しい生活とバランスのとれた食事を心がける ・身体を動かして汗をかくことによってストレスを発散する ・休日はきっぱり園のことを忘れ、思う存分遊んでリフレッシュすることで、頑張る気力を回復しましょう



<感染症情報>



ウィルス性の感染症（新型コロナ、インフルエンザ、ヒトメタニューモ、RS、アデノ、ヘルパンギーナ、手足口病、マイコプラズマ）、溶連菌、胃腸炎の報告がありました。他、高熱を伴う風邪症状も増えています。

人の体を病気や感染症から守ってくれる免疫力。春は環境の変化で、疲れやストレスを感じやすくなり、体温や内臓の働きを調整している自律神経が乱れて、免疫力が低下しやすくなります。さらに寒暖差が大きいと、体温を一定に保つためにより多くのエネルギーを使う必要があり、いつも以上に疲れて免疫力が落ちてしまうのです。バランスの良い食事栄養をしっかりと摂って腸内環境を整え、十分な睡眠と休息をとり、外遊びでいっぱい体を動かしてストレスを発散して、免疫力をアップしましょう。