

# いずみっこだより

令和5年6月 南今泉保育園

春から梅雨、そして、あっという間に夏になっていきそうな予感がする今日この頃ですね。日差しも強さを増してきて少し動くと汗ばむ陽気の日もあります。子どもたちは額に汗を光らせて遊んでいます。



## 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	6月			1 安全点検 スポーツ教室 (年中、年長) 体操服上下	2 エコ活動	3
4	5	6	7 交通指導	8	9 誕生会 身体計測	10
11	12	13 ダンス教室 (年長) 体操服上下	14 <u>検尿提出日</u>	15 幼児工作教室 (年長) きよたけ 児童文化センター	16	17
18	19	20	21 英語遊び (年中、年長) 体操服上	22	23	24 保育参観 おまつりごっこ 職員研修 (PM)
25	26 音楽教室 (年長)	27 絵画教室 (年中、年長) 汚れてもいい服	28 避難訓練 (地震) 緊急対応訓練	29 スポーツ教室 (年少、年長) 体操服上下	30 プール開き (10:00)	

### ♡ お礼 ♡

まだまだ感染症が心配される中ではありましたが、5月27日に運動会を無事に開催することができました。たくさんの応援の中で子ども達の表情も輝いていたように思っています。ありがとうございました。

6月14日(水)

検尿の提出日になっています。

14日の朝に、採尿し、職員にお渡ししてください。

水遊びについて

シャワーや水遊びを天気や気温を見て、プール開き前から行っていきます。

\*準備物など各クラスだよりでご確認ください。

☆6月24日(土)

保育参観 (おまつりごっこ)

です♪

後日、詳しい内容をコドモンで送ります。



【 保育目標 】

- 梅雨時期の衛生面や感染症に配慮しながら健康に過ごせるようにする。
- 保育士や友だちと関わり触れ合いを持ちながら好きな遊びを繰り返し楽しむ。

【 子ども達の姿 】

○いろいろな場所で子ども達は元気に這い這いしたり、伝い歩き、おぼつかない足取りで「トコトコ」と歩きながら探索しては、目についた物を見つけて手に取り眺めたり、口元に持っていったりと感触を感じながら、自分なりに遊び方をみつけて楽しんでいます。また、お友だちや保育士と関わって遊ぶ事も大好きで、時には喃語でお喋りしながら遊び楽しむ姿も見られるようになってきました。



【 お知らせ・お願い 】

- 蒸し暑い日が増え汗ばむようになってきました。プール開きはまだまだですが、水遊びやシャワーをしていきたい思っておりますので、**ビーチバックにフェイスタオル1枚、お着替え（上下）1組、パンパース1枚**を入れて毎日持たせて下さい。
- お昼寝時の毛布からバスタオル2枚に変更をお願いします。
- 体調を崩しやすい季節でもありますので、登園時や連絡帳にどんな事でも構いませんのでお知らせ下さい。

【 運動会のお礼 】

○お遊戯、かけっこ、親子団技とたくさんの競技がみんなの心に残る楽しい運動会となりました。保護者の皆様には温かい声援や拍手を頂き感謝しております。ありがとうございました。





# うさぎぐみだより



## 保育目標

- 雨の日でも体を動かし、心も体も十分に満たされ、落ち着いて過ごす。
- 梅雨の時期の身近な自然に触れながら健康に過ごす。

うさぎ組の朝のお集まりでは座って歌を歌うことだけでなく、カエルやヘビになりきりながら体を動かしたり、歌を聞きながら絵本やペープサートを見たり、手遊びをしながら歌ったりと、子どもたちが主体となって毎朝楽しい時間を過ごしています。

あめふりくまのこの絵本は、子ども達もじっくりと見てくれて、聞き終わった後はみんなゆったりとした気持ちになっています😊



6月30日がプール開きとなっています。その前から天気の良い日や体調を見ながら水遊びをしていきたいと思えます。朝は汚れてもよい服装での登園、コードモンでの戸外遊び、プール遊びの欄の○×のチェックをよろしくお願いします。

### 準備物

ビーチバックの中に、着替え一式(下着、オムツ、洋服上下)フェイスタオル1枚を入れて持ってきてください。  
名前の記入をよろしくお願いします。

みんな大好き給食の時間は楽しい雰囲気の中食べ進めています。苦手な食材にも挑戦しているお友だちを見て、また他のお友だちも一口食べてみようという気持ちになったり、子ども達同士で「がんばれー！すごいね！」と声を掛け合う姿が見られます。

給食で使ったタオルやエプロンを片付けることにも慣れてきた子ども達、大きいお友だちは小さいお友だちのお手伝いをしてくれる姿もみられるようになってきました。

おいしい!

がんばれ!



○6月24日に参観日があります。活動の詳細はまた後日お知らせ致します。

○お昼寝の布団を寝ござとバスタオル2枚に変更をお願いいたします。準備出来次第で構いません。

ご協力よろしくお願ひ致します。







# ぞうぐみだよ!



## ☀ 保育目標

- ・友達との考えや思いを話しながら、一緒に遊びを進める楽しさを感じる。
- ・梅雨時期の自然や動植物への興味を持つ。



ぞう組が始まり、3 か月が経ちました。友達同士で遊びを決めたりと、友達同士の関わりがよく見られます。

運動会では、多くの保護者の皆様にご参加いただき、ありがとうございました。大きな会場でドキドキしている子もいましたが、最後まで元気いっぱい頑張る事ができました。頼もしい姿を見ることができ、私たちも嬉しく思います。



「リーダーさんだもん!!」

最近、クラスの中で「リーダーさんだもん!」と元気な声が聞こえてきます! 子どもたちが進んで、机運びや、ごみ拾い、絵本棚の整理など色々な事を気づいて進んでしてくれます😊☀

## グループ活動を始めます

年長さん、年中さん混合の4人~5人ずつのグループでお当番活動を始めたいと思います。お互いに助け合って楽しく活動できたらいいなと思います。

また、グループ決めの様子など、コドモンでお知らせしますね。



★日中、暑くなってきましたので、**敷布団からゴザとタオルケット**への変更をお願いします。

★水遊びが始まりますので、プールバックの準備をお願いします。バックの中には**(水着・タオル・水泳帽・着替え1組・汚れ物を入れる袋)**を入れてください。プール開きの前から水遊びをする予定です。

★毎週末、シューズや歯ブラシを持って帰ります。シューズが足に合っているか、歯ブラシが開いてないか、名前が消えていないかなど、ご家庭で確認をお願いします。持ち物にはすべて名前の記入をお願いします。

6月は梅雨時期に入り、雨が多く降るので、遊びを工夫していきたいと思います。

☀ 朝のお集りでは、季節の歌を歌ったり名前を呼んでお返事をするををしています。今月は「とけいのうた」「あめふりくまのこ」「にじ」などを歌っていききたいと思います。

☀ 制作・絵の具を使って、あじさい制作や傘とてるてる坊主の制作をする予定です。

☀ お散歩・いつもはお天気がいい日に行きますが、雨の日には傘をさしての散歩に行きたいと思います。

また違った雰囲気子どもたちの反応が楽しみです🎵

☀ お祭りごっこ・6月24日はお祭りごっこです。年長児は太鼓を披露します。リズム打ちなど頑張っていきます! 盆踊りもみんなで練習していこうと思います。当日は楽しいゲームもする予定です! お楽しみに、😊



# げんきだより

令和5年6月号

清武社会福祉会

雨の日が増え、子どもたちは外で思い切り体を動かしたくて、うずうずしています。天気や気温の変化が激しいこの季節には、熱中症の危険も高まります。水分補給と体調管理に気をつけましょう。



## 虫歯は食べ方で防ぐ!?

「甘いものを食べると虫歯になる」とよく言われますが、じつは、問題なのは「食べ方」です。食べ方を見直して、虫歯を防ぎましょう。

### こんな食べ方が虫歯のもとに

#### だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れてままになるお菓子も要注意です。

#### やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにして歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないで、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

### 虫歯を防ぐ食べ方に変えよう!

#### おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。



#### よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。



## 砂糖の取りすぎに気をつけましょう

これから暑さが厳しい季節となります。喉が渇くと、甘くておいしいアイスクリームや清涼飲料水を摂りがちです。

砂糖の摂りすぎは、肥満や生活習慣病など健康や成長に大きく影響を及ぼします。米国心臓協会は、『2歳から18歳までの子どもの砂糖の摂取量は一日25g程が望ましい』としています。

お菓子や清涼飲料水の摂り過ぎに気をつけ、十分な睡眠と規則正しい生活で、毎日元気に過ごしましょう。

含まれる砂糖の量(スティックシュガー本数)

飲み物	本数
乳酸菌(ヤクルト) 1本	4本
ミニッツメイド 200ml	8本
ポカリスエット 500ml	11本
カルピスウォーター 500ml	19本
ファンタグレープ 500ml	20本
コカ・コーラ 500ml	19本
キャラメルフラペチーノ (トールサイズ)	16本

スティックシュガー1本につき砂糖3g

## 流行している病気

ヘルパンギーナ  
アデノウイルス感染症  
溶連菌感染症・手足口病  
RSウイルス感染症  
新型コロナウイルス感染症

夏風邪で欠席するお子さんが増えています。ご家庭でもお子様の体調に十分ご注意ください。





6月



6月は梅雨もやってきますし、蒸し暑い日も続きます。さらにこの時期は子どもたちも体調を崩しやすいうえ、食中毒も発生しやすいです。手洗い・うがいなど衛生管理の徹底に加え早寝・早起き・朝ごはんの習慣を心掛けていきましょう！

### ～かむ力を育てよう～

食べ物をしっかりかむことは、身体にとってよい効果がたくさんあります。かむ力は乳幼児期に発達するため、お子さんの成長に合わせた食べ物を用意し「かむ力」を育てていきましょう。

#### ①虫歯予防

かむことでだ液の分泌がうながされます。食べ物で酸性に傾いた口腔内を中性にし、虫歯を防ぐ効果があります。

#### ②消化をよくする

かむことで食べ物が細かくなり、だ液とよくまざるため胃や腸での消化が助けられます。

#### ③記憶力アップ

かむことであごの筋肉が動いてまわりの血液や神経が刺激され、脳の血流がよくなるといわれています。脳の働きが活発になり、記憶力や集中力が高まります。

#### ④肥満予防

かむことで満腹感を得やすくなります。食べすぎを防ぎ、肥満の予防に繋がります。

### 旬のとうもろこし

とうもろこしとは、「とう(唐)」からきた「もろこし(タカキビ)」が由来です。主食として食べられるほど炭水化物(でんぷん)が多く、ビタミンB1・B2・E・カリウム等栄養素がバランスよく含まれている。とうもろこしの皮には、セルロースという不溶性の食物繊維で便秘や大腸がんの予防に効果があります。主な旬は6～9月で収穫後栄養素・鮮度が急速に落ちるので、収穫した日にゆでて食べるのがいいです。3～4日程度ならば冷蔵保存も出来ます。

保育園の給食にとうもろこしを使います。

8, 22日 かぼちゃと魚のコーン揚げ

12, 26日 ごま風味のサラダ

14, 28日 豆乳スープ

1, 15, 29日 ひじきの洋風サラダ

～お楽しみに～



なす



ピーマン

保育園の畑では、オクラ、きゅうり、にがごり  
じゃがいも、なす、ピーマンを育てています。  
収穫が楽しみです。