

きらきら☆スマイル

木々の緑が鮮やかになり、清々しく感じられます。一雨ごとに植物が生き生きとする季節。子どもたちと植えた野菜の苗もしっかりと根を張り、太陽と雨のおかげでぐんぐん成長しています。これから雨の降る日が多くなりますが、雨の様子を眺めたり、雨音を聴いたり・・・晴れた日には水遊びを行います。水に親しんで季節感を味わってほしいと思います。

一里山ひかりこども園
〒520-2153 滋賀県大津市一里山2丁目19-10
☎(077)545-1414 (077)545-8448
<http://www.ichiriyamahikari.jp/>

令和5年度 一里山ひかりこども園 園だより 6月号 5月31日発行

保育参観ありがとうございました

5月13日(土)、保育参観を行いました。お忙しい中お越しいただきありがとうございました。普段お子さんがどのように過ごしているのか、誰とどんなあそびをしているのか、部屋のなかはどんなふうになっているのか・・・等垣間見ていただけたのではないのでしょうか。大好きなお父さんやお母さんと一緒にコーナー遊び・製作ゲーム・散歩...と、とても楽しい時間になったことと思います。

6月の行事予定

1日(木) 水遊びスタート
2日(金)・21日(水) 保育参加
12日(月) 音楽指導
13日(火) お楽しみ会
19日(月) 子育てサロン ベビーベア
22日(木) 歯科検診
23日(金) 避難訓練
26日(月) 子育てサークル もりのくまさん
27日(火) プール開き

お願い

- これから虫の多い季節になってきますので、必要に応じ虫よけスプレーを使用します。もし、使用を控えた方がよいお子様がおられましたら担任までお知らせください。また、室内では電子蚊取り器を使用しております。さされやすいお子さまは、おうちから虫除けパッチやスプレーなどの対策をされることをお勧めします。
- これからの季節、子どもたちは活発に遊び、汗をかくことが多くなりますので、調整しやすく、吸水性の高い素材の着替えを多めに準備していただきますようお願いいたします。
- 6月1日から晴れた日には、水遊びをします。水・砂・泥に触れ、さまざまな感触を楽しんでいきたいと思っております。毎日、水遊び・シャワーの○×の記入をお願いします。検温カードは水遊び用となります。準備物などについては、別紙をご覧ください。
- ハグモ、アプリを利用いただきありがとうございます。園だよりやお知らせ、一日の様子もハグモにて配信を行っています。毎日必ずご確認をお願いします。
- 6月中旬頃に写真販売を行います。販売開始までに保護者の皆さまはマイアカウントの登録をお願いいたします。詳しくは4/28にハグモにて配信しました『写真販売について』をご覧ください。
- 6月から保護者の皆さまに配布するお手紙で提出が必要な物はカラーの用紙を使用させていただきます。必ずご確認をお願いします。
- 夕方の園庭の利用時間は17:15までとなります。遊ばれた方は、必ずお子さまと一緒に玩具(ボール・おもちゃ・三輪車)を片づけてください。なお、駐車スペースの関係上、お車で送迎の方は、園庭で遊んでいただくことはできません。ジャングリングは4、5歳のみの使用となっております。また、保護者の方が必ず傍で見守る時のみ使用するようよろしくお願いいたします。

野菜の苗を植えました

各クラス、子どもたちと野菜の栽培をしています。ミニトマト・きゅうり・おくら・ピーマン・さつまいも・・・子どもたちが毎日気にかけて水をあげたり、様子を観察したりしています。これからの生長、収穫を楽しみにしています。



今後の行事予定

7月8日(土) お楽しみ保育(5歳児)
7月29日(土) 夏祭り

5歳児の子どもたちにしかできない体験をします。友だちと一緒に行動し、考えたり、助け合ったり・・・。楽しい活動内容を企画しています。どんなことが起こるかな？おたのしみに。





もうすぐ梅雨の季節がやってきます。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。
 6月4日から1週間は、「歯と口の健康週間」です。歯磨きの習慣をしっかり身につけるために、この機会にぜひ、お子さんと歯や歯磨きについての絵本を読んだり、話をしたりしてみてください。
 また、6月22日（木）前期の歯科検診があります。その日はなるべく出席して頂くようお願い致します。

歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



元気な1日は

朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な動きがあります。

①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!
 ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

②たんぱく質で体温を上げる
 牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることで、たんぱく質をとりましょう。

③野菜を食べてビタミン補給
 野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!



朝ごはんはなぜ大事?

「朝ごはんが大切」とよく言われますが、なぜか知っていますか？ 実は、脳や体によいことがいっぱいあるのです。

脳が元気になる!
 朝ごはんは、睡眠中も動いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。

肥満防止になる!
 朝きちんと食べると、昼ごはんの食べすぎがなくなり、太りにくくなります。

うんちが出やすくなる!
 腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。

活力が出る!
 体温が上がり、血液が体中によく巡って、活動的になります。



6月4日は虫歯予防デー

脳の動きが活発になります

かむことは大セツ

あごの骨や筋肉の成長を助けます

だ液の分泌が盛んになり、消化を助けます

たくさんかむと、肥満の防止にもなります

歯肉に刺激が伝わり、歯を支えている骨や組織が丈夫になります

だ液の分泌により、食べかすが歯に付くのを防ぎます