



きしほいくえんだより

GW中は皆様元気に楽しくお過ごしだったと思います。進級、入園から1ヶ月が経ち、子ども達は新生活に少しずつ慣れてきているようです。園内は子ども達の賑やかな声が響き渡り、笑顔で保育士やお友達と遊びを楽しむ姿が見られるようになってきました。

この時期には戸外で沢山、体を動かしたり散歩先で動植物に触れたりし、様々な体験が出来るようにしていきたいと思ひます。



5・6月の体操教室

5月13日(月) 年少・年中・年長

20日(月) 年少・年中・年長

27日(月) 年少・年中・年長

6月3日(月) 年少・年中・年長

10日(月) しか・らいおん・くじら



園服、その他備品販売について

毎月末日までにお申し込み下さい。
翌月上旬に受け渡しとなります。
申し込みはお早めをお願い致します。



今月の歌 「ありさんのおはなし」

ありさんのおはなし きいたかね
ちいさなこえだが きこえたよ
おいしいおかしを みつけたよ
となりのうちの おにわだよ
ありさんのおはなし きいたかね
ないしょのこえだが きこえたよ
おおきなものみ みつけたよ
みんなでなかよく たべにこい

5・6月の行事予定

5月 8日(水)	園児健康診断
9日(木)	年長児 和太鼓教室
10日(金)	年中・年長児 遠足
13日(月)	<u>夏服着用</u>
15日(水)	園児健康診断
22日(水)	ECC
23日(木)	年長児 和太鼓教室
30日(木)	運動会予行練習
6月 7日(金)	第44回運動会
20日(木)	年長児 和太鼓教室
26日(水)	ECC
27日(木)	年長児 和太鼓教室

今月のおすすめの絵本



おばけのやだもん
作・絵：ひらの ゆきこ
出版社：教育画劇

やだやだ、だだっこは、やだもんがくっついておばけにしちゃうぞ！おばけのやだもんは、今日もだだをこねる子を探しているよ。そんなやだもんが歯を磨かないさっちゃんに会うと・・・

子どものすこやかサポート

1ヶ月が経ち、少しずつ保育園にも慣れてきたのではないのでしょうか。5月に入ると運動会の練習も始まります。お子さんが安全で動きやすい靴について、見直してみましょ。子どもの足の骨は柔らかく変形しやすいため、正しいサイズの靴を選びましょ。(足全体の骨の成長(骨化)が終了するのが14歳から18歳位です)

<正しいサイズの靴を履いていないと>

- ・子どもの足が正常に成長しない
- ・歩きにくく行動範囲が狭まる
- ・正しくない歩き方になる

<足のサイズ計測の目安>

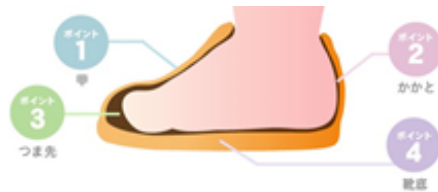
3歳まで…3~4ヶ月に一度
3歳以上…6ヶ月一度

※子どもは1年に
約1cm大きくなります。



靴選びのポイント

- ① 足の甲の高さを調節できる固定するベルトタイプ
 - ② かかと部分をしっかり守ってくれるタイプ
 - ③ つまずき予防の為、つま先が少しそり上がっている
- ・足が曲がる位置で靴も曲がること



- ・中敷きを取り出して足に合わせてみましょ
- ・必ず両足とも履いてみましょ(このとき足はかかとに合わせます)
- ・履きやすさ、脱ぎやすさはどうですか?

おきゅうしょく パクパク すくすくのおてつだい

朝ごはんをしっかり食べましょ

年度が始まり一か月が経ちました。新しい環境に慣れてきたのと同時に疲れが溜まってくる時期でもあります。ところで、朝ごはんは食べていますか?夜眠っている間にエネルギー源が減少していますので、一日の生活の始まりは朝ごはんをしっかりと摂って元気に過ごましょ。

カラフルスープ

材料(4人分)

玉葱 1/2個 アスパラガス 2本
赤パプリカ 1/4個
ベーコン 2枚 水 900ml
コンソメ大さじ 1弱

簡単・栄養
たっぷり!

作り方

- ① 材料はひと口大に切っておく。
- ② 玉葱を水から煮て柔らかくなったら他材料も加えて軽く煮る。
- ③ コンソメで味を整えてできあがり♪

たんぱく質やビタミン・ミネラルの豊富な具材を入れた具たくさんスープを前日に作り置きしておき、ごはんやパンにプラスするだけで簡単に栄養バランスのとれた朝ごはんになります。また、成長期のお子さんの為に乳製品をプラスしてカルシウムアップするとより理想的です。