



新緑の季節。園庭の櫟の葉が青々としてきました。櫟の木陰では子ども達の遊ぶ姿や楽しそうな笑い声が聞こえてきます。新年度がスタートして約1ヶ月が経ち、環境の変化に戸惑うお子さんも見られましたが、今では保育園での生活を楽しんでいるようです。

5月は行事や保護者会を通して園でのお子さんの様子を保護者の方にお伝えしたいと思います。お友達との関わりや成長をご覧ください。



5月.6月の行事予定

- 5月 9日(月) 夏服着用
- 10日(火) 年中・年長児ピクニック
- 11日(水) 園児健康診断
- 12日(木) 0.1歳児保護者会
- 13日(金) 2歳児保護者会
- 16日(月) 年少児保護者会
- 17日(火) 年中児保護者会
- 18日(水) 園児健康診断
- 19日(木) 年長児保護者会
- 24日(火) 避難訓練
- 28日(土) 小さな運動会

※雨天順延 6月4日(土)

- 6月 15日(水) 歯科検診
- 24日(金) 食育



5月.6月の体操教室

- 5月 9日(月) 16日(月)
- 23日(月)
- 6月 6日(月) 13日(月)



WEB上にお子様の写真のアップをご希望されない方は職員室までお申し出下さい。

お知らせ

5月9日(月)より、年少・年中・年長児のお子さんは夏服着用となります。



第47回 きし保育園運動会について

今年度の「きし保育園運動会」は感染防止の観点から、参加園児は昨年同様、2歳児クラスから年長児クラスまでとなります。

※土曜保育は通常通りお預かりします。登園の方は用紙の提出をお願いします。



学年別保護者会について

今年度も昨年同様、園でのお子さんの様子を写真撮影し、保護者会でご覧いただきます。是非、ご参加下さい。



子どものすこやかサポート

子どもの
けが!

体を動かしやすい服装で防ぎましょう

小さな子どもは、次のような怪我をしやすい特徴があります。

- ・頭が重く、体のバランスが悪い
- ・夢中になると周囲に注意が及ばない
- ・危険なことを予測できない

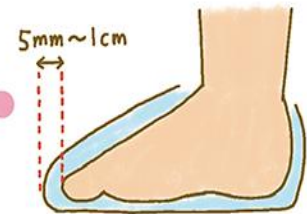
一方で、子どもの運動神経の発達は12歳頃

までに完了するとも言われています。小さな頃から体を動かすことは、その後の成長に欠かせません。体を動かしやすい服装で登園する、サイズの合った靴（足の大きさより5mm~1cm余裕がある）をはかせるなどのご協力をお願いします。

服が
大きすぎま
せんか



靴のサイズは
合っ
て
いますか



おきゅうしょく パクパク すくすくの おてつだい



塩分について



塩には食べ物の旨みや味を引き立て、傷みにくくする働きがあります。また、体の中では細胞内の水分調整を担い、筋肉や神経が正常に働くのに必要な物質です。一方で塩分の摂り過ぎは高血圧を招き、血管硬化などの悪影響をもたらします。また、人間の味覚は濃い塩分になれる働きがあるため、普段から塩分を多く摂るとさらに塩辛いものを欲するようになります。

近年、子どもの生活習慣病が増えてきています。子どもの味覚は大人よりもはるかに繊細です。子ども達の健康のため、適切な塩分を心がけましょう。

塩分を減らすポイント

- ① 旨みをプラスすることで少しの塩分で塩味を感じられる（かつお節・昆布・煮干し）
- ② 酸味によって塩味を感じやすくする（酢・ポン酢）
- ③ スナック菓子やファーストフード、インスタント食品は控えめに（高脂肪・高塩分）
- ④ 顆粒タイプのだしには塩分が多く含まれるため、他の調味料は控えめに
- ⑤ 香りで食欲を増やす（ニンニクやショウガなどの食材の香り、焦げ目の香ばしさなど）
- ⑥ 塩分を体から出す栄養素を摂る（カリウムの多い食品、ほうれん草、イモ類、海藻など）