

5月 きしほいくえん



5月・6月の行事

- 5月 3日(金) 憲法記念日
- 4日(土) みどりの日
- 5日(日) こどもの日 
- 6日(月) 振替休日
- 8日(水) 園児健康診断
- 9日(木) 年中児・年長児ピクニック
- 10日(金) 0.1歳児保護者会
- 13日(月) 2歳児・年少児保護者会
- 14日(火) 年中児・年長児保護者会
- 15日(水) 園児健康診断
- 17日(金) 運動会予行練習
- 23日(木) 避難訓練
- 25日(土) 第49回運動会

 ※雨天の場合順延6月1日(土)

- 6月 11日(火) 避難訓練
- 12日(水) 歯科健診
- 21日(金) 食育「魚の解体ショー」



毎朝8時25分から30分の間、朝礼をしております。遅れて登園やお休みのご連絡はこの間はお受けできません。ご協力をお願いします。

新緑が眩しい園庭から、子どもたちの元気な声が聞こえます。

入園・進級して一ヶ月。新しい環境に戸惑うお子さんやお母さんと別れて寂しくて泣いてしまうお子さん。思いはそれぞれでしたが、4月の終わりにはどのお子さんも安心して園生活を送ることが出来るようになりました。ゴールデンウィーク明けは入園当初に戻るお子さんもいますが、大好きな遊びをお友達と楽しんでいけるようサポートしたいと思います。

5月・6月体操教室

5月 13日(月) 20日(月)

6月 3日(月) 10日(月)



5月7日(火)より、年少・年中・年長児のお子さんは夏服着用(体操服)となります。着替え等も体操服をお持ちください。記名を忘れずをお願いします。

第49回運動会開催のお知らせ

5月25日(土)、学年別二部制で運動会を行います。当日の参加クラスはペンギん・あひる・りす・しか・ひつじ・ぱんだ・こあら組です。運動会に向けて毎日楽しく練習しています。運動会当日、ご家庭とはまた違うお子さんの姿をご覧ください。



※土曜保育をご利用の方は用紙の提出をお願いします。運動会終了後からのお預かりとなります。



子どものすこやかサポート

新年度が始まり1ヶ月が経ちます。少しずつお子さんが保育園に慣れてくると同時に疲れも出てくる頃です。

十分な睡眠はとれていますか？眠りは「休止」ではなく翌日に向けての「準備作業」。脳や体の休養・疲労回復・記憶の定着・感情の整理・免疫機能の維持をするために必要とされています。睡眠不足が続くと、肥満になる・精神面での不安・疲労感の増強へと繋がります。

3～5歳児の睡眠時間は、10～13時間です。

<子どもが寝てくれないとき>

- ・規則正しい生活リズム。起床時間を一定にする。

日中に太陽光を浴びて体内時計を調整する。

昼寝は早い時間にし、夜は早く寝る。

- ・睡眠習慣を整え、寝室環境を最適化する。

夜の照明を抑える、スマホやテレビの制限、入眠直前に興奮させるような行動や食事を避ける。

就寝前のルーティン（例：絵本の読み聞かせなど）の確立。

子どもが愛着を持てるぬいぐるみや毛布などを持ち込み、安心感を持たせる。



保護者の方が遅くまで起きていると、子どもが睡眠不足という研究結果も出ています。保護者の方も十分な睡眠を取り、お子さんと一緒に体調を整えてくださいね。

おきゅうしょく ぱくぱく すくすくの おてつだい



リボンベジタブル
やってみよう！再生野菜



家庭でも、簡単にできる食育として、野菜の再生栽培があります。料理で廃棄するものを使い、簡単に野菜を育てることが出来ます。ぜひお子さんと一緒に試してみてください！

再生栽培のメリット

- ・小さなスペースで出来る。
- ・苗や種を買いに行かなくても栽培できる。
- ・食べている野菜が生き物であることを感じられる。
- ・収穫して食べられる。

再生栽培に使用できるもの

- ・じゃが芋の皮
- ・小葱の根
- ・小松菜や水菜の根
- ・キャベツ・白菜の芯
- ・パイナップルの頭の部分
- ・野菜や果物の種

～入門編～

小葱の再生栽培

1. 小葱の根に近い部分を1～2センチ残す。
2. 適当な容器に入れ根が浸かるくらいの水を入れる。
3. 明るい場所に置くだけ。

保育園のサンサンファームでは、季節の野菜栽培と並行して、給食の廃棄部分を利用した再生栽培をおこなっています。現在は長ネギの花や玉ねぎなどを観察することが出来ますので、ぜひ御覧ください♪



チンゲン菜



たまねぎ