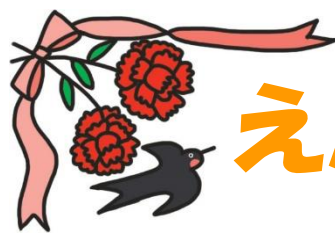


令和6年度



えんだより



晴れ渡った青い空に、吹き抜ける爽やかな風が気持ち良い季節となりました。4月に入園したお友だちも新しい生活に慣れ笑顔で過ごせるようになってきました。

ちび☆きらっ子たちは、今年度もお天気の良い日は、お散歩に出掛け、春の風や新緑を感じたりして、体を動かしたり自然に触れたりして楽しんでいます。園庭では、令和6年度の卒園積立金、保護者会費で購入させて頂いた遊具で遊び、大好きな虫探し、砂遊びを汗をかきながら楽しんでいます。子どもは大人よりも体温が高く直ぐに汗をかきますので薄着で育てることで丈夫な体を作ることが出来ます。卒園生の中には高校を卒業するまで皆勤賞の子が何人もいるくらい薄着育ての結果を出しています。薬を服用しない丈夫な体作りは、この時期からがチャンスです。

まだまだ、気温差が大きく風邪をひくなど体調を崩しがちです。また、疲れも出る頃ですので、家庭との連携を取りながら子ども達の体調の変化に気を配り、見守っていききたいと思います。



服装・水分補給について

5月でも『熱中症』に注意です!!

子どもは身長が低いため、地面からの照り返しの影響を強く受けます。大人が暑いと感じているとき、子どもはさらに高温の環境下にいることとなりますので要注意です!!

まだまだ朝夕の寒暖差はあるものの5月でも汗ばむ陽気が増えてきます。子どもは大人よりも体温も高いと言われているので薄着を心掛け病気に負けない体づくりをしましょう♪

日中の服装の着脱については、各自で判断出来るよう声掛けをしています。登園時については衣替えに移行するまでは、ご家庭の判断にお任せ致します。(以上児は制服の中をオレンジ⇒半袖 未満児は、アウター無し等)

尚、汗をかいて着替えた場合には必ず翌日に着替えを持たせて下さい。以上児クラスで汗かきのお子様は汗拭きタオルを持参されても良いですが、自己管理となりますのでご理解下さい。(タオルに記名)

また、これまで以上に水分補給を促しますが暑い日でも体には常温の飲み物が良いそうです。水筒の飲み物に氷を入れると、冷た過ぎて水分補給の妨げになる場合もあるかと思っておりますのでご注意ください。気温が高くなると予想される日には補充用にペットボトル(水かお茶)を持たせて下さい。※必ず記名をお願いします。



新しいお友達の紹介

つくし組 さく 咲玖ちゃん

かわいい女の子です♪ よろしくね~(-_-)☆



祐香先生が4月14日(日)
無事男の子を出産しました♪
名前は **奨真** くんです。

おめでとうございます!

祝

登園・降園についてのお願い

以前から、何度もお願いしておりますが、身の安全を守る、交通ルールを守る為にも全園児、園から車まではお子さまと手を繋いで歩いて下さい。年齢に関係なく親の手を振り払い突然走り出す子もいて非常に危険です。近隣の方、通行人からも苦情がきております。今一度お子さまと「手を繋ぐ約束」をして頂きたく思います。約束が守れない場合には、子ども達の命を守る為に保護者が順番に見守り隊になって頂くことにもなり兼ねませんのでご理解下さい。

また、駐車場が混み合いますので、未満児クラスのお子さまは玄関での挨拶がスムーズに行えるようお子さまに声掛けをお願いします。降園後近所をお散歩するなどのご遠慮ください。駐車場が狭い為、お互いに譲り合いながらご利用下さい。



こどもの日って何をしますか？鯉のぼりを揚げますか？

子ども達の健やかな成長を願って掲げられる鯉のぼり。江戸時代から始まった習慣だそうです。もともと、武士が玄関に幟(のぼり)や旗指物(はたさしもの)を飾っていたことから始まったようです。

その後、町人も行うようになり五色の「吹き流し」出世魚であり、「滝を登り切った鯉は竜になる」という中国の故事にちなんだ、縁起のいい鯉の形のものが揚げられるようになったとのことです。

近年では、五月人形を飾り、菖蒲湯に入り端午の節句らしい過ごし方をします。女の子のいる家庭でも、紙で作った兜をかぶり柏餅を食べて昔ながらの風習を取り入れている家庭が多いそうです。

ぜひ日本ならではの伝統を取り入れながら、お子さまの喜ぶ「こどもの日」を演出してみてください。

5月の行事予定

- 1日(水) 身体測定、個人表彰式
- 2日(木) お布団洗濯日
- 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
- 7日(火) 苗植え(以上児クラス)
- 9日(木) 町歩き探検(ひまわり組)
- 12日(日) 母の日
- 17日(金) お布団洗濯日
- 24日(金) たんぽぽ組クラス懇談会
- 28日(火) 月に1度のお弁当の日
- 29日(水) 5月のお誕生会
- 30日(木) 避難訓練
- 31日(金) お布団洗濯日



今後の予定

- 6/29(土) 運動会(黒部市総合体育館)
- 7/19(金) 親子遠足(以上児クラス)



29日(水) きらきらルームにてみんなでお祝いします♪

ゆり組 3日 悠乃ちゃん 5歳 ゆり組 9日 遼くん 5歳

ゆり組 22日 晴紀くん 5歳

さくら組 7日 鈴ちゃん 4歳 さくら組 11日 颯くん 4歳

さくら組 15日 柚羽ちゃん 4歳

たんぽぽ組 19日 右京くん 3歳

すみれ組 20日 水晶ちゃん 2歳

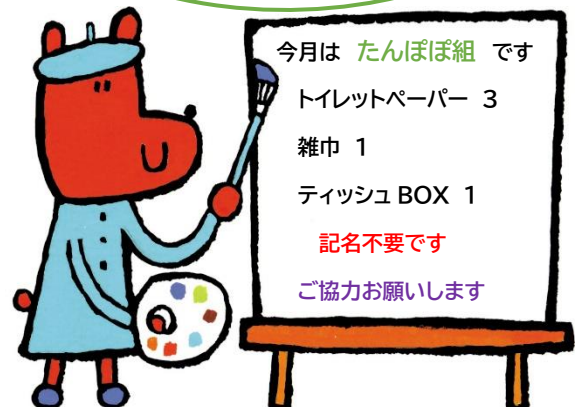
9日 智樹先生 9日 安紗奈先生 23日 理英先生

おめでとうございます！



たんぽぽ組の保護者の方へ

お忙しいとは思いますが、午後6時から懇談会をしますので必ず各家庭1名の参加をお願いします。(できればお母さんの参加をお願いします)



今月は たんぽぽ組 です
 トイレトパーパー 3
 雑巾 1
 ティッシュBOX 1
 記名不要です
 ご協力お願いします

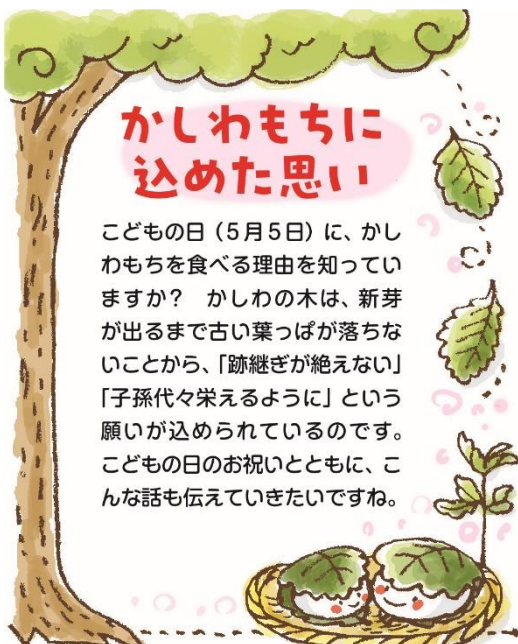


令和6年度5月の献立

	曜日	未満児 午前おやつ	主食	副食 牛乳は以上児のみ（記入は省略）	午後おやつ
1	水	牛乳 せんべい	ご飯	たまねぎのみそ汁 マーボー豆腐 ひじきの煮物	ポップコーン
2	木	牛乳 卵ホ-ロ	わかめご飯	青菜のみそ汁 シンプル焼きうどん マカロニサラダ	ホットケーキ
7	火	牛乳 シュガービス	ご飯	じゃがいものみそ汁 ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ	揚げせんべい
8	水	牛乳 手作りパン	ご飯	えのきのみそ汁 白身魚のフリッター ほうれん草のナムル	蒸しパン
9	木	牛乳 せんべい	ご飯	わかめのみそ汁 白身魚とごぼうの煮付け さっぱりポテトサラダ パナナ	混ぜご飯
10	金	牛乳 せんべい	ご飯	揚げのみそ汁 豚肉と昆布の炒め煮 かぼちゃサラダ	ポップコーン
13	月	牛乳 ごまスティック	チャーハン	わかめスープ 豆腐の中華あんかけ 春雨サラダ	手作りクッキー
14	火	牛乳 せんべい	ご飯	もやしのみそ汁 白身魚と玉ねぎ和え カリフラワーサラダ	おにぎり
15	水	牛乳 クラッカー	ご飯	大根と人参のすまし汁 厚揚げのケチャップ煮 青菜のごま和え	手作りパン
16	木	牛乳 せんべい	ご飯	キャベツのみそ汁 白身魚の磯辺揚げ きんぴらごぼう	マカロニきな粉
17	金	牛乳 せんべい	枝豆ご飯	わかめのみそ汁 ししゃものごま衣焼き スパゲティサラダ	ポップコーン
20	月	牛乳 シュガービス	ご飯	醤油ラーメン ブロッコリーの和風あん もやしのナムル	蒸しパン
21	火	牛乳 せんべい	ご飯	じゃがいもとねぎのみそ汁 豚肉と玉ねぎのすき焼き風煮 わかめの酢の物	おにぎり
22	水	牛乳 シュガービス	ご飯	なすのみそ汁 さばの竜田揚げ もやしのごま酢和え	マカロニソース味
23	木	牛乳 手作りパン	ご飯	青菜のみそ汁 あんかけ焼きそば ひじきのサラダ パナナ	ゼリー
24	金	牛乳 卵ホ-ロ	ご飯	揚げのみそ汁 肉じゃが ほうれん草のしらす和え	ポップコーン
27	月	牛乳 せんべい	ご飯	豆腐とねぎのすまし汁 白身魚の利休焼き レンコンサラダ	手作りパン
28	火	牛乳 ごまスティック		お弁当の日	おせんべい
29	水	牛乳 手作りクッキー	お誕生日会	カレーライス マカロニサラダ フライドポテト 手作りケーキ ゼリー	ヨーグルト
30	木	牛乳 手作りパン	ご飯	えのきとねぎのみそ汁 鶏のから揚げ 青菜のごま和え パナナ	豆腐ドーナツ
31	金	牛乳 せんべい	ご飯	わかめスープ 白身魚の香味焼き じゃがいも炒め ヨーグルト	ポップコーン



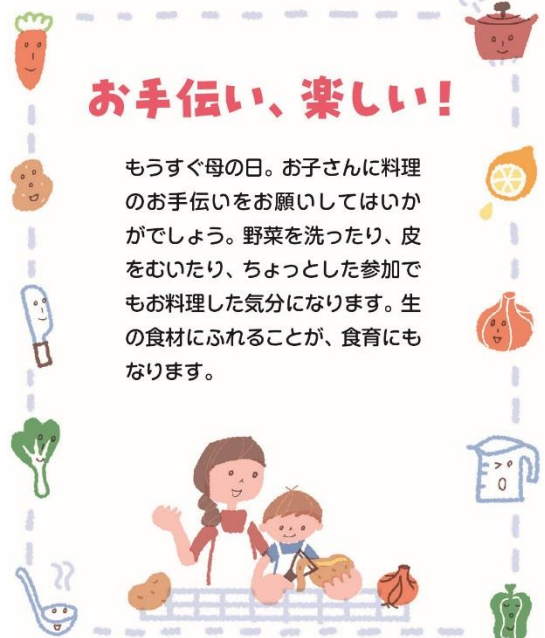
食育だより



**かしわもちに
込めた思い**


こどもの日（5月5日）に、かしわもちを食べる理由を知っていますか？ かしわの木は、新芽が出るまで古い葉っぱが落ちないことから、「跡継ぎが絶えない」「子孫代々栄えるように」という願いが込められているのです。こどもの日のお祝いとともに、こんな話も伝えていきたいですね。

※保護者の方や卒園児の保護者の方から、魚や野菜を戴くことがあります。その際は、メニューの変更がありますのでご理解ください。



お手伝い、楽しい!

もうすぐ母の日。お子さんに料理のお手伝いをお願いしてはいかがでしょうか？ 野菜を洗ったり、皮をむいたり、ちょっとした参加でもお料理した気分になります。生の食材にふれることが、食育にもなります。





5月の保健だよ!



すがすがしい風が吹き、若葉の美しい季節となりました。玄関先には、『子ども達が元気に育ちますように』と願いを込めた沢山の鯉のぼりが元気いっぱい泳いでいます。この時期は、気温の差から体調を崩しがちです。また、新しい環境で頑張っている子ども達の疲れも出る頃です。ご家庭と連携を取りながら、お子さんの様子にも気を配っていきたいと思いますので、気になることがありましたらお知らせ下さい。

早寝のためにできること

① まずは早起きから

遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。

② 朝の光でスタート!

カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。

③ 日中にしっかりあそぶ

体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。

④ 午睡は15時半までに

家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。

⑤ お風呂はぬるめに

熱いお風呂は、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。

⑥ 入眠前の習慣づけを

毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってからぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



毎朝「うんち」でおなかすっきり!

「おなか痛い」と訴えてくる子のほとんどが、定期的な排便ができていません。排便のタイミングは夕食後でも問題はありません。しかし、朝食をしっかり食べて、腸を動かし、毎朝の排便を習慣づけるのが理想です。

朝ごはんをきちんと食べる

トイレに行く時間をもつ



うんちは健康のパロメーター。うんちでその日の健康をチェック!

子どもも5月病!? あるある!!

子ども達も新しい生活に慣れてきた頃ですが、大人が思っている以上に頑張り過ぎてストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ちが不安定になったりするお子さんも中にはいます。

日頃泣かない子が泣く、目をパチパチさせる、今までできていたことが「できない」「やって」など何かと理由を付けて困らせたり、元気がない…子どものちょっとした変化に気付かず【わがまま?】と、捉えてしまいがちですが、頑張っている子どもの次を繋げる為には「**一緒の時間を共にする**」「**いっぱい抱きしめる**」そうすることで、子どもは満足し次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。子ども達が心身共に安定して過ごせるようにほんの数分!我が子を抱きしめてあげて欲しいです。多分、きっと、どんな薬や美味しいお菓子、アイス、ジュースより効果てきめんですよ!!

毎日信じて「グューグュー」してみましよう♪

