



☆☆今月のテーマ☆☆

- ・園生活のリズムに慣れ、安心して過ごす
- ・身近な自然に触れ、のびのびと過ごす



ひよこぐみ(0歳児)だより



入園してから1ヶ月が近く経とうとする中、少しずつ園の生活にも慣れ、離乳食などで食欲旺盛なところが見られるようになってきました。また、保育士と目が合うとニコリ笑顔も見られるのも嬉しい限りです。最近は、玩具にも興味を示し、ずり這いや伝い歩きでお気に入りの玩具を手にとって遊んだり、ペビーフェンス越しから見える1&2歳児の様子に興味・関心を示すなど、さらに動きが活発になってきているのが何よりと感じています。戸外活動では、行き交う車両や景色に凝視するように見つめ、時折笑顔でご機嫌な調子な声を発するなど外気浴を兼ねた散歩を満喫しています。これからは初夏の日差し対策もし、室内外で活動をし、生活リズムを整えていきたいと思っておりますのでよろしくお願ひします。



うさぎぐみ(1歳児)だより



進級組に新入園児も加え、ニギニギしく新年度がスタートしました。入園当初、不安定だった新入園児も、次第に落ち着き、他の子と一緒にお気に入りのおもちゃで遊べるようになってきたのは何よりと感じています。進級組の子たちはたとえば、新入園児の涙攻撃に戸惑っているようでしたが、次第に「どうしたのぉ?」とばかりに顔を覗き込んだり、頭を撫でたりと気づかう様子に感動させられました。最近は、気分転換の戸外活動が精神安定剤のように効き、「泣いたカラスが…」ではありませんが、ケロったした表情でお散歩に公園にとお外遊びを満喫しています。早生まれと遅生まれと一緒に歩いて、はまだ実現していませんが、バギー組も含め安心安全に外遊びができるように見守っていききたいと思ひます。



ぱんだぐみ(2歳児)だより



当初、新しい環境に不慣れな新入園児の不安定なところも見られましたが、今では在園児との交流も順調に進み、お家スタイルと一緒に遊んでいるのが何よりと感じています。清々しい季節の下、落ち着きを見せた新入園児も含めた戸外活動では、目に入る花々をはじめとした景色すべてに指先で「これは?」と確認したりして楽しむ姿が見られます。最初は「これ、何?」だった誘導ロープの移動も車間、もとい人間感覚を取り、歩くペースを合せた歩行が出来ているのも見逃せません。これからもこどもの自主性を大切に、いろいろな体験・経験を通じ、成長の原動力の積重ねをしていけるようにしていきます。



給食だより



♪ 今月の唄 ~ ♪

- ★こいのぼり
- ★めだかの学校
- ★おつかいありさん
- ★いぬのおまわりさん

こどもたちにとって家庭環境とは違う集団生活が始まる新年度がスタート。みんなは成長著しい一方、発達途上の身体機能は季節の移り替わり等のちょっとした外的要因で健康を損ねがちとなります。健康のために必要なキーワードは、所謂「食う」「寝る」と「遊ぶ」で、換言すると適度な運動、バランスのよい食事と休息が必要となります。その中で、「食う」の部分に着目して話を進めていきたいと思ひます。最近、「腸活」ないしは「腸内フローラ」といった言葉を目にするようになりました。これは人間の意志とは関係なく24時間、身体を一定に保とうとする機能が腸にはあり、第2の脳と言われる所以ともなっています。人間の消化器官は口から肛門まで1本の管で繋がりが、食事として口に入って肛門から便として排泄されるまでに消化管を24~72時間かけ移動し、必要な栄養素を吸収し、有害な物は排泄していきます。さらに、体内に菌が侵入するとリンパ球が攻撃し人体を守ります。まさに身体を守る(免疫機能としての)関所とも言える重要な器官ですが、その働きがあまり知られていないのが現状と言えます。必要なことの第一はバランスのよい食事ですが、5大栄養素として注目されている食物繊維を含むきのこ類、豆類や野菜の摂取が重要です。腸内環境を整えるには乳酸菌や納豆などの発酵食品が効果的で、これは腸内に止まり続けられないので継続摂取が必要となります。第二に寝起きの常温の水一杯を飲むことで腸内の蠕動運動を促し、スムーズなお通じに繋がります。これらを生活習慣として採り入れ、元気活刺とした日常生活を過ごしていくようにしましょう!

~行事予定~

- ・リズム教室… 10日
- ・体操教室※… 12日(2歳児)
- 26日(0・1歳児)
- ・英語教室… 12日
- ・誕生日会… 14日
- ・身体測定… 17日
- ・避難訓練… 28日

※…当日は、体操服着用で登園して下さい。

~お願い~

- (1)(食具等)持ち物の記名をお願いします。
- (2)お休みやお迎え等の変更のある場合はコドモン等でご連絡をお願いします。
- (3)土曜登園予定は毎週火曜の降園時迄にお願いします。

