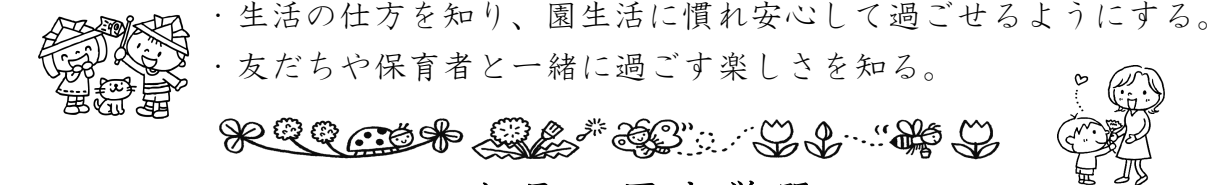


5月 令和3年5月1日
ちびっこの森通信 vol.48

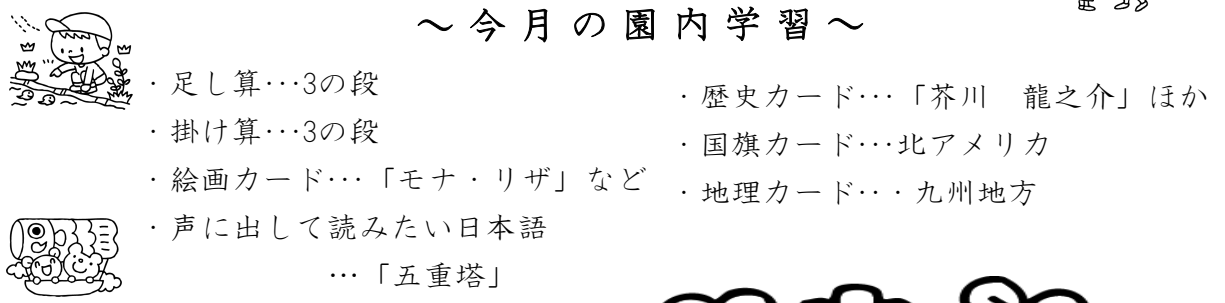
☆☆今月のテーマ☆☆

- ・生活の仕方を知り、園生活に慣れ安心して過ごせるようにする。
- ・友だちや保育者と一緒に過ごす楽しさを知る。



～今月の園内学習～

- ・足し算…3の段
- ・掛け算…3の段
- ・絵画カード…「モナ・リザ」など
- ・声に出して読みたい日本語…「五重塔」「尻取りことば」
- ・歴史カード…「芥川 龍之介」ほか
- ・国旗カード…北アメリカ
- ・地理カード…九州地方



～行事予定～

- ・書道教室…6、13、20、27日
- ・英語教室…11日
- ・リミック教室…17日〔未満児〕
24日〔以上児〕
- ・体操教室… 7日〔0・1歳児/3歳児〕
10日〔2歳児/4・5歳児〕
- ・避難訓練…28日
- ・身体測定…18日〔以上児〕
19日〔未満児〕
- ・誕生日会…28日
- ・遠足…12日(2歳児～5歳児)

♪今月の歌♪

- ◇おはながわらった
- ◆こいのぼり
- ◇ぶんぶんぶん
- ◆おかあさん

～おねがい～

タオル・服・靴下…その他用品に全て名前に記入して下さい。

紛失や用品の入れ間違い防止の為にもご協力をお願いします！

0～1歳児だより

新年度がスタートして、早一ヶ月がたちました。新しい環境に不安で涙が出ていた子どもたちも少しずつ慣れ、笑顔で過ごせるようになりました。室内では、好きな玩具を見つけ一生懸命歩いたりハイハイをして取りにいっています。中には…ゴロゴロと寝返りを繰り返してお目当てのおもちゃを手にしよとする(涙ぐましい?)微笑ましい姿も見られます。また、天気がいい日には、バギーに乗ってお散歩にお出掛けです。つかまり立ちでバギー越しに見る景色に集中し、外気浴を楽しんでいます。あまりのポカポカ陽気に誘われるように、ついウトウトとしてしまうこともありますが、これはご愛嬌といったところでしょうか…これからも天気の良い日には、戸外活動を取り入れていきたいと思ひます。こどもたち一人ひとりが安心してすこやかなに楽しく過ごしていけるよう寄り添っていきたく思ひます。

2～3歳児だより

新年度入りし、慣れない環境に不安を隠せない様子の子どもたちでしたが、今ではすっかり園の生活リズムに親しみ、笑顔で過ごしています。進級し、新参者としての3歳児たちは、2階の住環境は新鮮な様で目を輝かせながら日々を過ごしています。口癖は「こあら組だから」と以前よりも背伸びをするように身の回りのことや食生活でも頑張る姿が見られるのは何よりですね。一方、次期2階生を目指す2歳児は新入園児が不安そうにしている傍らに身を寄せ、気づかう姿が見られるのが頼もしい限りです。階が違って、異年齢で過ごす時間があるので月齢間の絆は着々と築かれ、強くなっていき、伝統として引き継がれていくのが嬉しいです。これからも各月齢活動と異年齢活動とでさらに逞しく元気に育って行って欲しいと願っております。

4～5歳児だより

晴れ渡った空に、新緑の青葉。清々しさを感じる季節となりました。新年度がスタートして一ヶ月。進級後、「お兄さん&お姉さんになったから…」が合言葉で自身の行動に責任を持つ姿勢が見られるようになってきたのは嬉しい限りです。室内では、いろいろな素材をつかった物づくり等の製作活動に積極的に取り組み、またルール性のある遊びを取り入れ、協調性を養っています。また、戸外では、春の草花や虫などに触れ、様々な発見を通じた季節の移り変わりを感じ、身体を元気いっぱいにかし走り回って遊んでいます。これからもたくさんのかんことを体験・経験から新発見に繋げ、感動を通じ、みんなが「未見の我」を発掘して行って欲しいと願っております。

給食だより ～腸さんって、すごいねえ～!!～

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本の管で繋がれ、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)関所とも言ふべき重要な器官ですが、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、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、元気発刺とした日常生活を過ごしていくようにしましょう!!