

いよいよ、梅雨を迎える時期がやってきました。気温・湿度が高くなるこの時期は体調を崩しやすくなります。十分な休息や水分補給を行い、体調管理に気をつけていきたいと思います。今月は、保育参観・懇談会を予定しています。保護者の皆様、園でのお子様の普段の様子をどうぞご覧ください。また、日頃の子育てについても語り合ひましょう。お待ちしております。

(副園長 出村 裕美)

おねがい

6日(火)は9時から歯科検診が始まります。
8時50分までの登園をお願いいたします。

はじめまして、ザリガニさん

可愛いザリガニがやさき保育園にやってきました。今まで出会ったダンゴムシやカエルとは違い、水中を歩く姿や触覚がピクピク動く様子に興味津々の子ども達。じーっとザリガニを観察し「カニ？」とハサミがある特徴に気が付く子もいました。また、毎日登園してくると必ずザリガニのいる飼育ケースの中を覗き込んで「お散歩してるね～」と愛着を持ちながらザリガニを見つめています。ザリガニの可愛らしさや力強さ、驚きや感動を味わいながら子ども達と一緒にザリガニの名前を決めたり、エサをあげたりする中で親しみをもちながらみんなで大切に育てていきたいと思ひます。

みんなで一緒に楽しいね

園では、子ども達との心のつながりを大切に、やりとりを楽しみながら発達段階に合わせて様々な運動あそびや触れ合い遊び、リズム遊び等を楽しんでいます。リズム遊びの際は楽しい音楽が聞こえてくると、「何か楽しいことが始まる～」と保育者の周りに集まってきて、ワクワクした表情で音楽が流れてくるのを待っています。月齢の小さい子は保育者の真似をして踊ることが出来なくても、リズムに合わせて体が表現する面白さがわかり、手足を動かしたり、体を揺らしたり、足踏みをしたりとその子なりの自由な表現方法で体を動かす姿がとても微笑ましいです。これから天気の良くない日が増える時期ですが、保育者や友だちと一緒に過ごす中で子ども達が室内でもたくさん体を動かして遊べるようにしていきたいと思ひます。



手作り楽器で
リズム遊び



バスごっこ
ぶどう組

6えんだより



6月の行事予定

日	曜	園の行事	子育て支援室 あっぱっぴ
2	金	布団・帽子持ち帰り	開園
6	火	歯科検診	開園
8	木		
9	金	布団・帽子持ち帰り	開園
12	月	身体計測週間(～16日)	
13	火		開園
16	金	布団・帽子持ち帰り	開園
20	火	食育の日	開園
21	水	ぶどう組 保育参観・懇談会	
22	木	ぶどう組 保育参観・懇談会	
23	金	布団・帽子持ち帰り	開園
27	火		開園
28	水	いちご組 保育参観・懇談会	
29	木	いちご組 保育参観・懇談会	
30	金	布団・帽子持ち帰り	開園

社会福祉法人 大和善隣館

やさき乳児保育園 TEL(0761)58-0334

R5. 6. 1



食

育

コーナ

歯と口の健康週間

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。心も体も大きく成長する離乳期・幼児期は子どもの咀嚼機能と食習慣を育てる大切な時期です。まだまだ噛む練習の時期ですが、歯ぐき(乳歯)食べの発達が進み、次第に上手に噛めるようになっていきます。この時期にいろいろな種類の食品を工夫して調理し、食べ物の大きさや硬さの変化を経験することが大切です。大人の食べる様子を見せたり、「20回くらい噛もうね」と一緒に数えることも良いですね。よく噛むことで、たくさんメリットがあります。

- ①肥満防止…満腹中枢を刺激し、食べすぎを防止します。
- ②味覚の発達…食べ物の味が良く分かるようになります。
- ③言葉の発達…歯やあごが発達することで、発音が良くなります。
- ④脳の発達…脳神経を刺激することで、脳の働きを活発にします。
- ⑤歯の病気予防…唾液が多く出ること、唾液中の抗菌作用で口の中をきれいにしてくれます。
- ⑥がん予防…唾液には、がんを抑制する作用があります。唾液が増えるとがん予防につながります。
- ⑦胃腸の快調…消化酵素が多く出るので、胃にかかる負担が軽減します。
- ⑧全力投球…歯やあごが発達することで、噛みしめる力が強くなり、力が湧きます。

たくさん噛んで、健康な歯を育てましょう。

小松とまとが旬です！

6月中旬から7月上旬にかけて、小松市の特産農産物である「小松とまと」が出荷のピークを迎えます。新鮮で瑞々しく、うまみたっぷりの小松とまと。6月の献立には、小松とまとを使用したメニューを多く取り入れています。

小松とまと



朝ごはんの大切さ

朝食は一日のスタートです。朝起きた時の身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝食を食べることで体温が上昇し、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝食を抜くとぼーっとして元気が出ません。また、1回の量があり多く食べられない乳児にとって、朝食は大切な栄養源です。炭水化物の食材(パンやごはんなど)とたんぱく質の食材(肉・魚・卵など)、野菜類や果物も一緒に摂れるといいですね。元気に過ごせるように朝ごはんをしっかり食べましょう。

6月食育予定

- ・6月5日～9日 歯と口の健康週間メニュー
- ・小松とまとを使用した献立
- ・6月12日 梅ジュース作り
- ・玉葱の収穫

プランターで玉葱を
育てています



やさき乳児保育園の栄養目標量

6月の栄養目標量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
465kcal	11.6～ 23.3g	10.3～ 15.5g	1.5g 未満
6月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
468kcal	16.4g	15.4g	1.3g