

6月の行事予定

日	曜	行 事	預かり 保育	日	曜	行 事	預かり 保育
1	金	体育教室(年中)	○	16	土	親子ふれあい参観日	
2	土	第1土曜日預かり可	○	17	日	父の日	
3	日	子育て応援サークル 『育男・父親を楽しもう』		18	月		○
4	月	スイミング教室(年長)	○	19	火	発育測定 鼓隊指導(年長)PM	○
5	火		○	20	水	木下麻奈先生来園 午前保育 11:45 降園	
6	水	プラネタリウム(年長)	○	21	木		○
7	木	交流会(2歳児) 交流会(年少)	○	22	金	交流会(年長)	○
8	金	体育教室(年中)	○	23	土	第4土曜日 休園	
9	土	第2土曜日 休園		24	日		
10	日			25	月		○
11	月	眼科健診 PM	○	26	火	さくらんぼクラス	○
12	火	交流会(年中)	○	27	水	誕生会 AM	○
13	水	子育て応援サークル 『パンダ・うさぎ・コアラ』	○	28	木	耳鼻科健診 AM	○
14	木	青葉まつり(制服着用)	○	29	金	体育教室(年長)	○
15	金	体育教室(年長)	○	30	土	第5土曜日預かり可	○

※6月20日(水)は通常の午前保育の降園時間と異なることをご了承ください。尚、午後から教職員音感研修会のため預かり保育はありません。お仕事やご家庭の都合でどうしても希望される場合は、予め園にご相談ください。

～ 今後の予定 ～

7月12日(木) さくらんぼクラス 7月13日(金) 鼓隊指導(年長)PM
 7月15日(日) 2018 子育てフェスティバル in いみず(年長組出演)
 7月18日(水) 誕生会 AM 7月17日・18日・19日 懇談会 15:30～
 7月20日(金) 終業式(午前保育) 7月21日(土) 夏まつり
 7月30日(月) 夏期保育(午前保育) 7月31日(火) 夏期保育(午前保育)

幼稚園6月 献立表



※月・木(完全給食・・・パン、牛乳、副食)
 火・金(副食のみ)主食持参でお願いします
 ※下記表のカロリーは、高岡給食センターの献立のみの表示で
 す。(パン・ご飯・牛乳のカロリーは含まれておりません)

●(協)高岡総合給食センター
 富山県高岡市美幸町1-4-45
 TEL (0766) 21-3910 FAX (0766) 25-5375

日付	献立						kcal	蛋白質 (g)	脂質 (g)	主な材料と体内の働き		
										体を作る食べ物 たんぱく質	エネルギー源になる食べ物 炭水化物	体を温める食べ物 ビタミン
6月1日(金)	焼きそば	ベーパン コロケ	ミニ三角 オムレツ	キャベツの コーン炒め	タンポコ 千辛ピッツ	オレンジ1/16	250	9.6	12.6	豚肉 卵 鶏肉	小麦粉 じゃがいも パター	キャベツ コーン オレンジ
6月4日(月)	焼とキャベツの ケチャップ煮	白身魚フライ	ポテト千辛 ロール	塩焼豆腐	やわらか な厚揚げ	実をコンの おかか和え	249	12.8	12.5	鶏肉 魚介 かつお 節	パン粉 じゃがいも 小麦粉	キャベツ 玉ねぎ コーン 塩豆腐 かつお節 こんにゃく
6月5日(火)	マカロニの カレーソテー	せんキャベツ	千辛トマト オムレツ	メンチカツ	白菜のお浸し	とうもろこし玉 もも餅	268	11.2	12.3	卵 鶏肉 豚肉 魚肉	パン粉 小麦粉	玉ねぎ パセリ キャベツ トマト 白菜 人参 とうもろこし もも
6月6日(水)	お弁当の日											
6月7日(木)	じゃがいもの ソテー	ハンバーグ	ミニ お好み焼き	フロッキーの 塩炒め	キャベツと 人参のお浸し	三角カレー煮物 チーズキャス	271	8.1	13.3	バナナ 卵 たこ 豚肉 チーズ	じゃがいも パン粉 小麦粉	人参 コーン グリンピース フロッキー キャベツ
6月8日(金)	大根の ごぼう煮	せんキャベツ	一口まぐろカツ	えびと野菜の 包み煮し	パイン缶	味噌汁 白菜の ゆかり和え	235	9.0	11.0	鶏肉 まぐろ 卵 えび 魚肉	パン粉 小麦粉	大根 キャベツ かつお節 人参 枝豆 パイン 白菜
6月11日(月)	牛ごぼうの しぐれ煮	ミニかぼちゃ フライ	ササゲ餃子	もも餅	ハムステーキ	マカロニソテー	266	9.7	11.7	牛肉 卵 豚肉 ベー コン	パン粉 小麦粉	ごぼう こんにゃく かつお節 キャベツ 玉ねぎ とうもろこし
6月12日(火)	さのこ スパゲティ	おいしい ハンバーグ	シーフード カレーオムレツ	キャベツの ソテー	ポテトマト	ミニゼリー	212	9.2	10.8	ベー コン 鶏肉 卵 えび	小麦粉 ゼリー	しめじ キャベツ コーン トマト
6月13日(水)	お弁当の日											
6月14日(木)	マカロニの ケチャップ炒め	せんキャベツ	いかにオム フライ	にら焼肉	オレンジ1/16	ブレン オムレツ1/2	220	10.1	8.9	ベー コン じゃがいも 魚肉 鶏肉 卵 かつお 節	パン粉 小麦粉	玉ねぎ 人参 白菜 コーン グリンピース キャベツ オレンジ にら
6月15日(金)	金平ごぼう	せんキャベツ	おさかな ソーセージカツ	ほうれん草 煎焼	もも餅	味噌汁 味噌汁 (豆腐・しめじ)	263	9.4	12.6	豚肉 魚肉 豆腐 鶏肉	パン粉 小麦粉	ごぼう 人参 こんにゃく キャベツ かつお節 もも 塩豆腐 ちやし しめじ
6月18日(月)	牛だれこん煮	ベーコン ポテトバーグ	海鮮焼売	フロッキーの 塩炒め	チェリー缶	切目 クイントー	250	12.0	15.5	牛肉 ベー コン 魚肉 豚肉 卵	じゃがいも 小麦粉	大根 人参 とうもろこし こんにゃく グリンピース フロッキー チョー 玉ねぎ
6月19日(火)	八宝菜	ポイルキャベツ	ミニ千辛 (醤油)	味噌ロール1/3	金時豆	さつまいもの 天ぷら	227	13.1	10.2	豚肉 鶏肉 卵 金時豆	小麦粉 さつまいも	白菜 人参 ちやし キャベツ 高のり 塩豆腐
6月20日(水)	午前保育											
6月21日(木)	ベーコンポテト	キャベツ入り メンチカツ	鶏野菜の ごぼう焼き	ほうれん草の お浸し	かぼちゃ餅	チーズキャス	228	8.4	10.1	ベー コン 豚肉 鶏肉 卵 チーズ	じゃがいも パン粉 小麦粉	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 しめじ ほうれん草 かつお節
6月22日(金)	焼きうどん	ハニーコーン コロケ	チーズ入り 焼つくね	フロッキーの 塩炒め	お浸し和え	竹輪天	243	7.6	12.1	魚肉 鶏肉 塩焼チ ーズ	小麦粉 じゃがいも パン粉 ごま	キャベツ コーン フロッキー 大根 人参 パイン
6月25日(月)	マカロニソテー	焼の香フライ	チーズ オムレツ1/2	白菜の ピーナツ和え	たこクイントー	塩焼のゆめ煮	254	10.9	11.4	ベー コン じゃがいも 卵 チーズ 豚肉 鶏肉	小麦粉 パン粉 ピーナツ	玉ねぎ コーン 白菜 人参 れんこん
6月26日(火)	串とじ	豆腐 ハンバーグ	揚げ餃子	ほうれん草の おかか和え	たこやき	茶漬ソテー	253	12.0	12.3	卵 豆腐 鶏肉 かつお 節 たこ ベー コン	じゃがいも 小麦粉 卵	ほうれん草 玉ねぎ 白菜 とうもろこし キャベツ
6月27日(水)	お弁当の日											
6月28日(木)	オムレツ スパゲティ	ハンバーグ カツ	豆型ブレン オムレツ	キャベツの ゆかり和え	焼きもち	もも餅	216	8.4	9.3	ハム 鶏肉 卵	小麦粉 パン粉 じゃがいも	玉ねぎ ピーマン キャベツ もも
6月29日(金)	野菜ソテー	味噌 千辛ナゲット	小豆白	ポテトマト	胡瓜の酢物	ピザポテト煮物 1/2	256	10.3	14.7	豚肉 鶏肉 チーズ	小麦粉 じゃがいも	キャベツ 玉ねぎ ちやし トマト 人参 塩豆腐 わかめ オレンジ

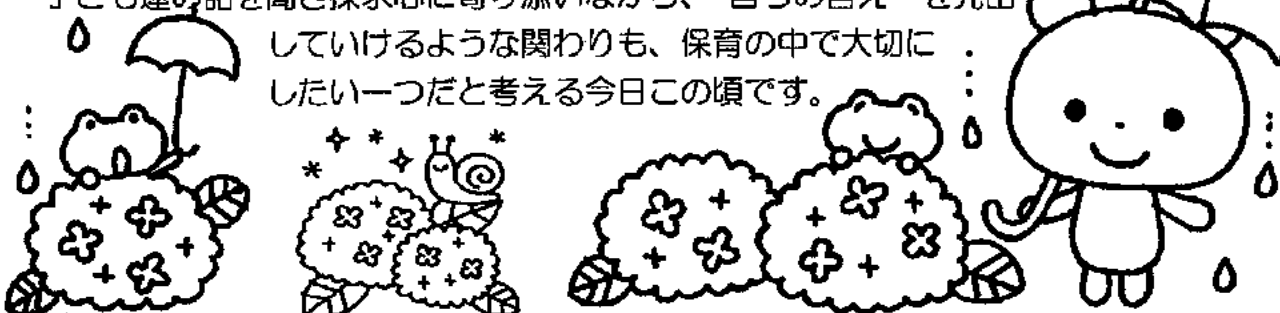
*予定献立の材料調達が困難な場合は、献立の一部が変更することがあります。ご了承をお願いします。



朝夕の涼しさに比べ、日中は汗ばむほど暑さを感じる日も増え、季節の移り変わりを
感じる今日この頃。梅雨の訪れももうすぐなのかもしれません。梅雨の時期独特の“雨
のにおい”そして、活動的になる動植物の“変化”など、今！この時！にしか出会えな
い体験を、子ども達にもたくさん味わってもらいたいと考えています。

5月の話になりますが、年長さんが話し合って選んだ『育てたい野菜！』『トマト』
「きゅうり」「なすび」「えだまめ」「ピーマン」「すいか」、6種類の野菜を園児全員で
植え、みんなでお世話をしてくれています。変化や発見を楽しんでいる子、愛おしそ
うに毎日観察している子、食べられる日を心待ちにしている子など、子ども達の様々な
“姿”が見られます。野菜栽培に限らず「ねえねえー！」とお子さんのつぶやきが聞か
れたらぜひ足を止めて耳を傾けてあげてください。“今”“この時”を味わっている子
どもの興味を深め、世界観を広げるきっかけになるかもしれません。

「こうだよ！」「それはね」とわたしたち大人の経験を伝えていくこ
とも必要なことだと思いますが、そのことに偏りすぎないように、
子ども達の話聞き探求心に寄り添いながら、“自らの答え”を見出
していけるような関わりも、保育の中で大切に
したい一つだと考える今日この頃です。



●検診があります●

11日(月)・・・眼科健診
(大角先生)
28日(木)・・・耳鼻科健診
(長崎先生)

青葉まつり 14日

6月15日は、弘法大師さま(空
海)がお生まれになった日です。
全園児「蓮王寺」へ出かけ、お参り
をします。お供えのお花がある方は、
持たせてくださると助かります。
※花まつりの時のように、制服着用
で参加しますので、園指定のイニシ
ヤル入り白ブラウス・ネクタイを着
用してください。靴下は紺色のハイ
ソックスをお願いいたします。



プラネタリウム 6日

(年長児のみ)

富山市科学博物館へ出かけます。いろい
ろな実験を見たり、体験したり、プラネタリウム
の鑑賞を楽しみたいと思います。この日は、園
外へ出かけますので、音感Tシャツではなく
夏用体操服(水色)をお持たせください。
尚、出発準備の都合で年長組さんにおいては
8:50までの登園にご協力いただきますよう、
お願いいたします。

木下先生 来園 20日

(午前保育)

年少・年中・年長と段階をふんで子
ども達が取り組んでいる「木下式音感教育
法」東京より認定講師の木下麻奈先生を
お招きし、子ども達への指導と職員の研
修を、年間を通して計画しています。
今回6月20日は、年少組の子ども達を
対象に指導して頂く予定です。
尚、午後から職員音感研修会のため預か
り保育はありません。ご都合上どうして
も希望される場合は、予め園にご相談く
ださい。
又、この日は通常の午前保育の降園時間
ではなく 11:45 降園に変更させていた
だくことをご了承ください。

親子ふれあい参観日 16日

日頃、お仕事などでお子さんとふれあう時間が少ないお父さん方、
ぜひ参加してください。ご家族でどうぞいらしてください！
晴天・雨天、どちらも園での活動を計画しています。どうぞお楽しみに♪
開始時間：9:00～ ※親子で登園(集合)してください。
服装：体操服(夏服・冬服どちらでもよい)

※音感Tシャツ、紺色体操服は不可。
◎製作に使う材料を事前にお願ひしますので、お忘れなく！
☆詳しくは別紙にて配布のお知らせをご確認ください



～おしらせ～

6月に行う年中組・年長組の体育教室につきまして、体育教室の講
師の都合により、年中組は1日(金)・8日(金)、年長組は15日(金)・
29日(金)の2回実施となります。7月の体育教室はありません。

～衣替えの季節です～ 1日より

登園時は、白のポロシャツ or 白ブラウスに制服(ズ
ボン・スカート)を着用してください。肌寒い日は、
ジャケットを着用しても構いません。一週間ほどは移
行期間とさせていただきます。
※音感Tシャツは体操服の代わりとして着用可です。
※名札はズボン or スカートの左側のつりひもにつけ
てください。
※年少組はゴムハンカチではなく、ハンカチをたたん
でポケットに入れてください。(うさぎ組は1年間
ゴムハンカチを使用します。)
※各クラス、着替え袋を持ち帰りますので、着替えの
衣替えもお願いします。



誕生会 27日 AM

6月生まれの友だちのお誕生会
を行います。誕生児の保護者の
方は、9:50分までにおいで
下さい。お待ちしております。





ご協力 お願いします!



各クラスで様々な遊びを楽しんでいる中、年長組の刺激を受けてか廃材を使った遊びをどのクラスも計画している様子・・・

各クラス廃材を使ってどのような遊びや活動が繰り広げられていくのでしょうか。廃材あそびが今後どのように展開されていくのか楽しみです！クラスだよりも記載してありますが、廃材集めにご協力をお願いします。



幼稚園の玄関にツバメの夫婦が引っ越してきました。驚かさないようにそっと様子を見守っていきたいと思います。
※登降園の際、階段上の頭上にご注意ください!!



6月4日～10日までの期間、ケーブルTVの『保育園・幼稚園日記』のコーナーで、第三あおい幼稚園の様子が放送されます！内容は、5月の園外保育の様子です。どうぞお見逃しなく！

【放送日時】

6/4(月)～6/10(日)

① 8:00～8:10 ③ 17:30～17:40

② 11:30～11:40

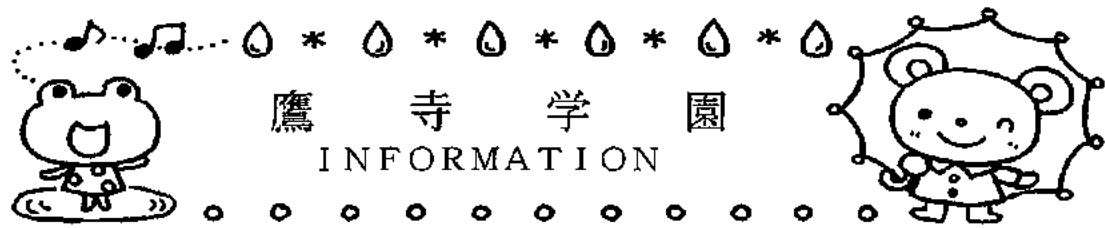


おねがい



4月より試用期間として導入している登降園システムですが、試用期間も終わり本格的に運用を開始いたします。登降園の際には必ず保護者の方の操作をお願いいたします。尚、降園時間の15時を過ぎますと預かり料が発生し、自動的に記録されますのでご注意ください。





新年度開始から約2ヶ月。子どもたちも園生活に慣れてきた様子です。
5月の小学校の運動会では、3月に卒園したばかりの1年生の元気な姿が見られました。各園でも、秋の運動会に向かって徐々に準備を進めています。
保護者の皆様には、引き続き子ども達を温かく見守って頂きたいと思ひます。



◎6つになった 「くまのプーさん」原作者 AA ミルンの詩（訳 周郷 博）

1つのときは なんにもかも はじめてだった

2つのとき ぼくはまるっきり しんまいだった

3つのとき ぼくはやっと ぼくになった

4つのとき ぼくは おおきくなりたかった

5つのとき なにからなにまで おもしろかった

今は6つで ぼくはありったけ おりこうです

だから いつまでも 6つでいたいと ぼくはおもいます



自我の芽生える3歳児の姿を「ぼくになった」と、
目の前の世界が急激にひろがりだした4歳児を「大きくなりたかった」と
園生活を自分のものに始めた5歳児を「なにからなにまで面白かった」と
そして仕上げの6歳児は「おりこうで」と自信にみちています。
(教育ワード ホームページより)

子どもの成長を表すものの一つとしてご紹介しました。
私たち教職員は、保護者の皆様と共にお子様の成長を見守って行きたいと思ひて
います。子どもたちが安全に楽しく過ごせる環境を整え、「今しか出来ないこと」
「これからの活動につながること」に取り組み、子どもたちの「今後の成長に繋
がる活動」を重ねて参ります。



◎教員と園児の関わり方について

私たち教職員は、子ども達の成長を見ながら、子ども一人ひとりへの接し方に
変化を持たせています。新入園・進級当初と現在とでは、ずいぶん様子が変わ
ってきていると思ひませんか？子ども達は確実に成長を見せてくれています。
ご家庭でも、その変化を感じて頂いているのではないのでしょうか。

「いつの間にか出来る様になっている、知っている…」ことが増えてきてい
ませんか？ほんの少しの変化にも、喜びを見いだしていきたいものです。
すぐにお子さんに手を貸さず、子どもたちの成長する力を信じて、少し見守っ
てみて下さい。

「一人で出来た！」を、たくさん目にする事が出来ると思ひます。



◎6月14日 青葉まつり

青葉まつりは、お大師様（弘法大師：空海）の誕生日を祝うお祭りです。
大仏様のいらっしゃる蓮王寺の本堂で、お大師様の誕生日をお祝いします。

◎預かり・延長保育について

子育て支援の立場から、預かり・延長保育を実施しています。
ご家庭の都合で、預かりをご希望の場合は遠慮なくお申し出下さい。
ただ、子どもの立場から見ると、園での長時間生活は、負担になってくる場合
もあります。園では家庭的な雰囲気大切に、お子さんが疲れなような
配慮をしていますが、お子さまの状況等考慮の上ご利用下さい。



◎健康観察

このところ寒暖の差が激しい為、風邪等で欠席するお子さんが見られます。
着衣による体温調節や汗をかいた後の対応など、園では配慮しておりますが、
ご家庭での様子もお知らせ下さい。
「慣れてきている」とはいえ、まだまだ環境の変化による緊張や、疲れが出て
くる時期です。気になる点がありましたら、園へお知らせ下さい。



◎授業料・保育料等納入金について

20日（水）となっています。



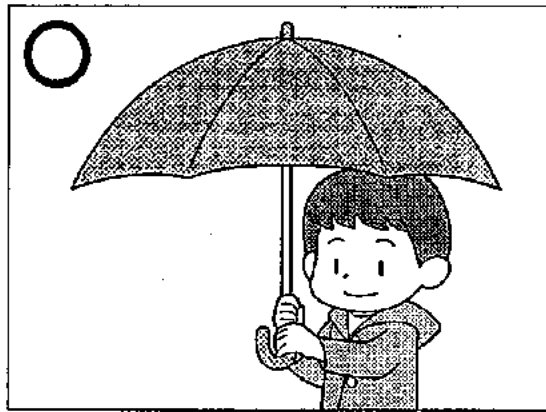
あんぜんだより

監修 東京都文京区立第一幼稚園 園長 / 全国学校安全教育研究会 副会長 桶田ゆかり先生

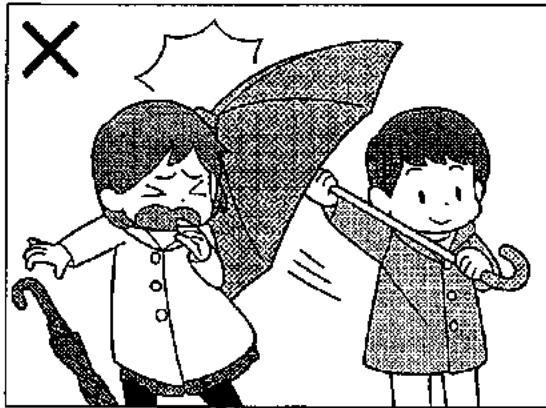
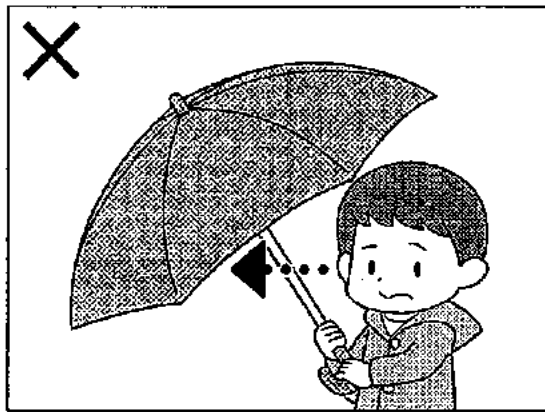


傘をさす時に気をつけることを 覚えさせましょう

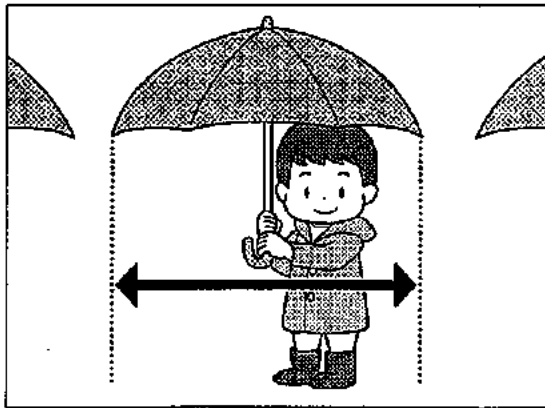
雨が降る日は、視界が悪くなるだけでなく、傘を持ち、レインコート、長靴などは、晴れの日とは違う服装になるため、普段よりも事故が起こりやすくなります。傘の正しいさし方や扱い方を、子どもといっしょに確認することが、事故の防止に役立ちます。



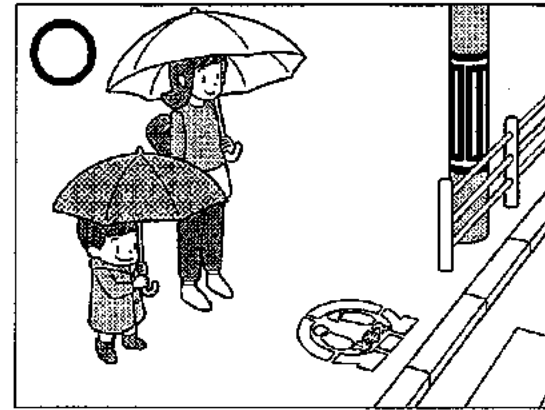
傘をさす時には、バランスを崩さないようにしっかりと両手で持ち、前方の視界を妨げないように、まっすぐに立てるようにしましょう。



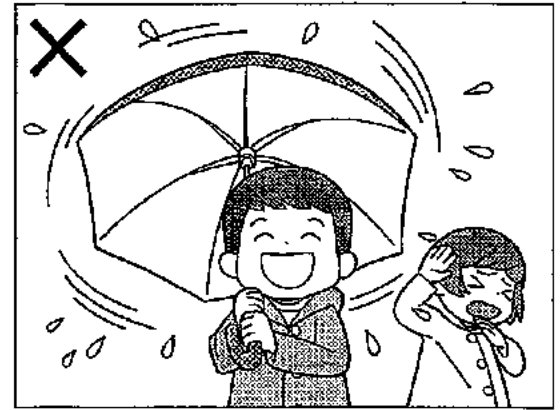
傘を開く時には、近くに人がいないことを確認してから開きましょう。ワンタッチ式傘の時には、特に注意が必要です。



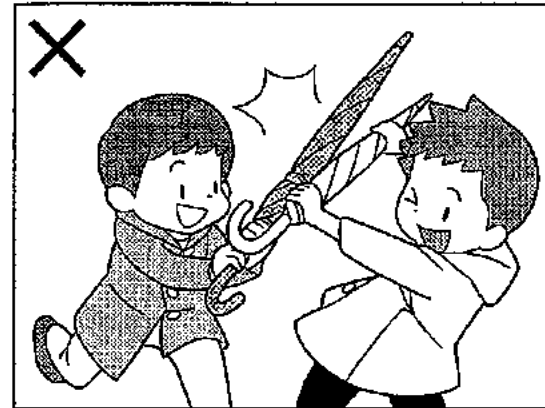
開いた傘は、自分の体よりも幅が広いので、周りの人の傘にぶつからないように、間を空けて歩くようにしましょう。



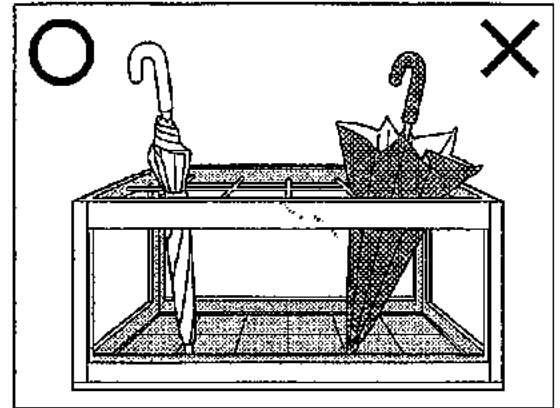
傘をさしている時は、風を受けてバランスを崩しやすくなります。信号を待つ時は、普段よりも一歩下がりをしましょう。



開いた傘をクルクル回すと、水滴が周囲に飛び散ります。周りの人の迷惑になるのでやめましょう。



傘は遊び道具ではありません。開いた傘を振り回したり、ほかの人に先を向けたりしないでください。



使い終わった傘は、きちんとたたんでから、傘立てにまっすぐ立てるようにしましょう。大切なマナーです。

傘回しには、こんな危険も！

開いた傘をクルクル回すと、水滴が飛び散って周囲に迷惑をかけることは上で挙げましたが、それだけではなく傘が破損する原因にもなります。

特に危険なのは、右に左にと交互に反転を繰り返す回し方です。傘の軸の弱い部分に無理な力がかかり、金属疲労を起こして簡単にねじ切れてしまうことがあります。

思わぬけがや事故を防ぐためにも、絶対に傘を回して遊ばないように指導をしてください。



わくわくはっけんニュース

りくに いる かい カタツムリ

あめの ひは、おおきな からを せおった ^{か た つ む り}カタツムリを よく みかけるよ。
 どんな いきものなのかな。つかまえて、かんさつして みよう。

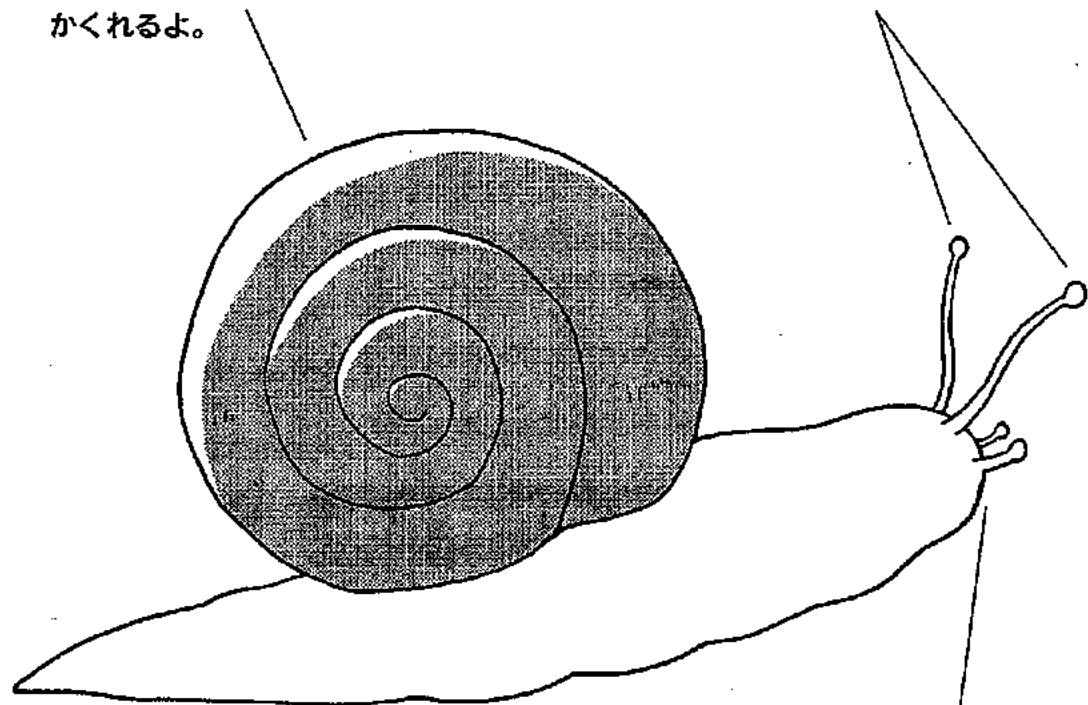
カタツムリの からだの つくり

から

きけんが せまったり、くうきが
 かわいたり すると、なかに
 かくれるよ。

め

のびちぢみする ながい 2つの
 しょっかくの さきに あるよ。



あし

からだの したに あしが あるよ。
 むしめがねで どんな いきものか、
 じっくりと かんさつして みよう。

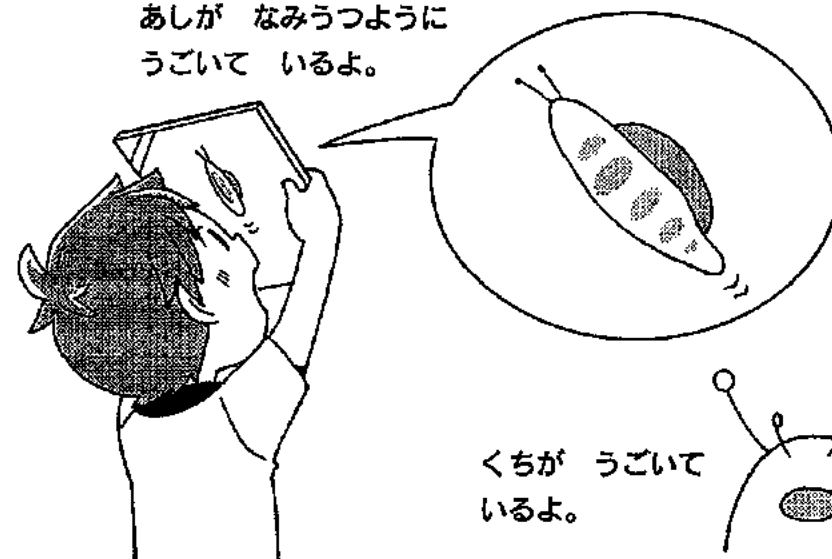
くち

やすりのような はを
 だしれして、たべものを
 けずりとって たべるよ。

どんなふうに うごくかな？

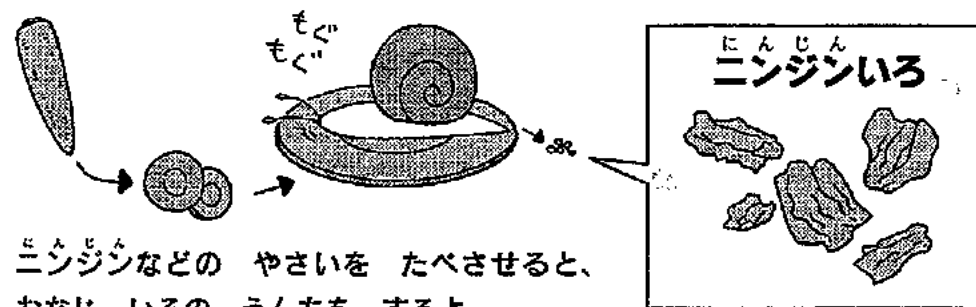
とうめいな いたに のせて、うらがわから みて みよう。

あしが なみうつように
 うごいて いるよ。



くちが うごいて
 いるよ。

いろいろな やさいを たべさせよう！



ニンジンなどの やさいを たべさせると、
 おなじ いろの うんちを するよ。

保護者のため

カタツムリは、陸にすむ貝のうち、主に殻が丸く平たいものを指している場合が多いようです。雨が上がった後に落葉樹の多い場所に行くと、カタツムリが活動する様子を観察できます。子どもたちと一緒に、からだのつくりや動きを観察してみましよう。透明なガラスやプラスチックの板の上をはわせると、裏側から足の動きや口の動きを観察できます。

なお、カタツムリに触っても直接の害はありませんが、寄生虫などを持っている場合があるので、観察の後は手洗いを忘れずに行うようにしてください。

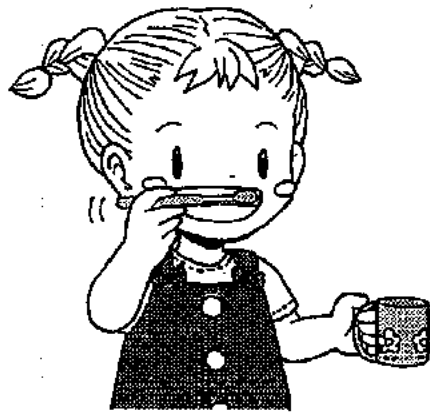
ほけんニュース

6月4日～10日は歯と口の健康週間

健康な歯と口で元気な毎日を！

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。歯は、わたしたちが生きていく上でとても大切な動きをしています。歯でしっかりかむことによって食べ物を細かく砕き、消化・吸収をよくするなどの役割があります。健康な体ですすために、子どもの時から健康な歯と口を保つようにしていきましょう。

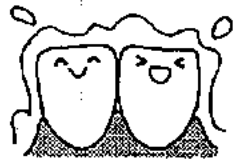
みがき残しやすい場所を保護者がケア



3歳頃から、歯みがきを一人でする機会が増えますが、子どもだけでは、みがきにくいところがあります。特に、歯と歯茎の境目、奥歯のかむ面の溝、前歯の歯と歯の間、生えてきたばかりの歯などが、みがきにくいところです。これらは、むし歯になりやすく注意が必要です。むし歯予防のためにも、おとなが仕上げみがきを行うことが大切です。

かむことの効果

むし歯予防



よくかむとだ液がたくさん出ます。だ液は、歯の表面を洗い流し、むし歯を予防します。

消化・吸収をよくする



かむことで、食べ物が細かく砕かれ、消化・吸収がよくなります。

肥満を防ぐ



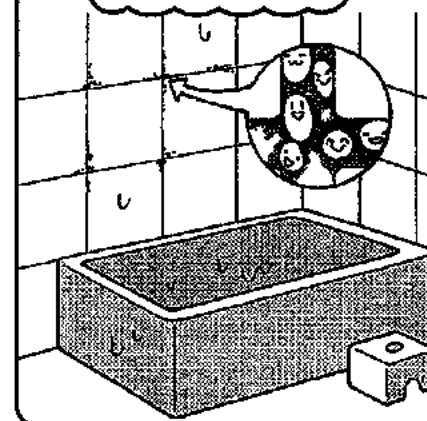
よくかむことで、満腹中枢が刺激され、食べすぎを防ぐことにつながります。

脳の動きがよくなる



よくかむと脳の周りの血流がよくなり、脳の動きが活性化します。

梅雨の時期 かびによるアレルギーに注意



かびは気温や湿度が高くなると発生します。かびの育ちやすい環境は、温度が25～35℃、湿度が70～90%です。これに栄養源（手あかやかべの汚れなど）が加わるとかびが増えます。特に浴室や台所などの水回りは、かびが発生しやすいので、よく換気しておくことが大切です。気管支ぜんそくやアトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患を持っている人は、かびなどを吸い込んでアレルギー症状を引き起こす場合があるので、かびを発生させないように注意しましょう。

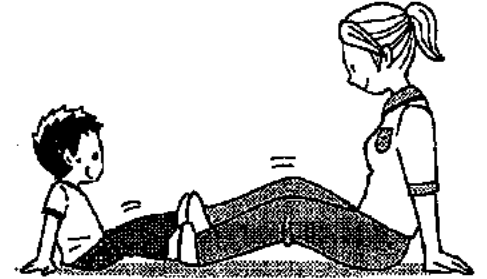
雨の日にも楽しく体を動かそう！

ハンカチ取り



おとなが上からハンカチを飛ばします。それを地面に落ちるまでにキャッチします。

ベダルこぎ



おとなと子どもで足の裏を合わせて、お互いに足を押ししたり、引いたりします。

日常に潜むマルトリートメントにおとなが気づこう！

下のようなことはありませんか？ こうした行為もマルトリートメントに当たります。

- ・赤ちゃんがぐずっているのに気づいても、ゲームがおもしろくて止められない。泣いていても無視し続ける。
- ・子どもが学校などから帰ってきてもメールやラインの返信で夢中で顔すらあげない。
- ・しつけとして「やめなさい」と頭をたたく行為。
- ・子どもに向かって「バカだ」「クズだ」とさげすむ。「お前なんか生まれなければよかった」などと存在を否定するようなことをいう。
- ・兄弟で比較しすぎるような場合も状況や程度によってはマルトリートメントに当たることもあります。
- ・激しい夫婦げんかや両親間のDVを目撃させるような行為。

※マルトリートメントとは、「不適切な養育(かかわり)」という意味です。これは「子どものこころや身体の健全な成長・発達を阻む養育をすべて含んだ呼称」で、子どものこころが傷つく行為のことです。



たのしくたべようニュース

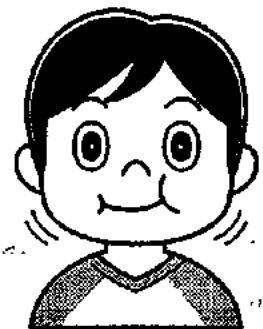
よくかんで食べましょう

乳歯が生えそろくと、おとなとほぼ同じものが食べられるようになりますが、まだかむ力は弱いので調理の工夫をして、よくかむ習慣を身につけさせるようにしましょう。

よくかむと、よいことたくさん♪

味がよくわかる

よくかむことで、食べ物のだ液と混ざり合い、舌にある味蕾から脳に味が伝わって、味がよくわかるようになります。



脳の働きをよくする

あごの筋肉を動かすと、周りの血管や神経が刺激されて脳の血流がよくなり、集中力や記憶力を高める効果があります。

消化・吸収をよくする

よくかむと、だ液がよく出て、だ液に含まれる消化を助ける成分が食べ物と混ざり、消化吸収しやすくなります。

むし歯を予防する

だ液は、口の中の食べかすを落としたり、口の中をむし歯になりやすい酸性から中性に戻したりする役割があります。

食べすぎを防ぐ

食べ物をよくかんで食べると、脳にある満腹中枢が刺激されて満腹感が得られるので、食べすぎを防ぐことができます。

「よくかまない」そんな時は……



食事の内容を工夫してみましょう

歯の本数やそしゃくできる段階に合わせた献立にしましょう。食材はやわらかくしすぎないようにして、大きめに切ったり、かみこたえのある食品も使ったりしてみましょう。



食事時の水分補給を控えましょう

食事時の水分補給は、水分で流し込むことを覚えてしまうため、控えましょう。水分摂取は、みそ汁などの汁物にして、よくかんでのみ込むことを習慣づけましょう。

調理方法によってかわる かみこたえ

食品のかみこたえは、同じ食材でも切り方や加熱時間、水分量によってかわります。

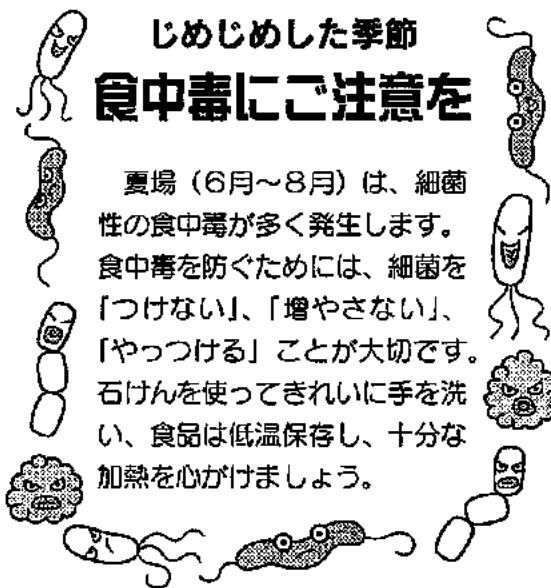


細かく切るほどかみこたえが小さくなります。なるべく大きめに切りましょう。

野菜は、加熱時間が長いほどやわらかくなり、生の方がかみこたえがあります。

水分量によっても違い、あんかけや煮物などは、かみこたえが小さくなります。

じめじめした季節 食中毒にご注意を



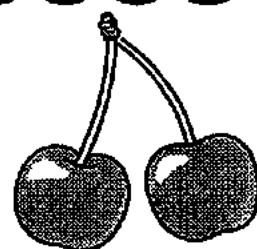
夏場（6月～8月）は、細菌性の食中毒が多く発生します。食中毒を防ぐためには、細菌を「つけない」、「増やさない」、「やっつける」ことが大切です。石けんを使ってきれいに手を洗い、食品は低温保存し、十分な加熱を心がけましょう。

つくってみませんか？ 梅ジュース

- [つくり方]
- ①完熟梅と砂糖をそれぞれ1kg用意し、梅は洗ってへたを取り、水気をふいて凍らせます。
 - ②容器に①の梅と砂糖を交互に入れて、重しをします。
 - ③砂糖が全部とけたらできあがりです。水を入れて薄めて飲みましょう。

おいしい旬の食べ物

さくらんぼ



初夏の訪れを告げる味

6月から7月頃になるとさくらんぼが多く出回ります。清涼感のあるさわやかな甘みが特徴で、佐藤錦や高砂、紅秀峰などの品種があります。国内で一番生産量が多いのは山形県で、全体の約76%*を占めています。さくらんぼを選ぶ時は、大粒で色が鮮やかで、皮につやとほりがあり、傷がないものにしましょう。

*農林水産省「平成24年度果樹生産山形統計」

うさぎぐみ

かのりさと
担当 狩野 理聡

6月のうさぎ組さんは...

- ・戸外で思い切り体をうごかして遊んだり、砂・水・泥の感触を楽しんだりしよう!
- ・簡単な身の回りのことに興味を持ち、自分で挑戦しよう!

歌ってみよう♪

- ・かえるの合唱
- ・かたつむり
- ・時計のうた



園生活のリズムにもすっかり慣れ、子どもたちの表情に余裕が出てきた5月。大きな大仏さまと初対面した花まつり、頑張ってたくさん歩いた園外保育、大きなバスに大喜びだった遠足など、大きな行事が盛りだくさんで子どもたちにとって刺激たっぷりの月となりました★

最近好きな遊びを見つけて遊ぶ中で、「いっしょにあそぼ〜♡」と自分から進んでお友達と関わる姿が見られるようになってきました。その一方で、お互いに思いを通してぶつかり合う場面も増えてきました。そんな時は、先生と一緒に「貸して」「代わって」「いいよ」のやりとりをしながら遊ぶ様子を見守っています。今後も自分の思いを少しずつ言葉にして伝えられるように、お互いの気持ちを代弁しながら子どもたちと関わっていきたいと思います。

外で思い切り体を動かすことが大好きな3人組★そろそろ梅雨到来の時期ではありますが、気温の変化・体調管理に気を付けながら、晴れた日は泥んこ遊びや水遊びを思い切り楽しみたいと思います♪6月も色々な事に挑戦して、元氣いっぱい過ごそうね〜!!



気分はすっかり年長さん♪
お遊戯室で年長さんの鼓隊練習が始まると、そ〜っと覗きに行くのが日課になっているうさぎ組さん。気づけば「あーしぶみ、ほうこうてんかん!!」が上手に言えるようになり、「1・2・3・4!!」と足踏みを真似っこする姿はとっても様になっています☆玄關の広いスペースで繰り広げられるちびっこ鼓隊はとっても微笑ましく、可愛らしいですよ〜♡

おねがい
泥んこあそびをします!
泥の感触や水の冷たさを感じながら、思いっきり泥まみれになって、遊びたいと思います!汚れても大丈夫なTシャツ・半ズボン(名前記入)をビニール袋に入れて持たせてください。(6月11日まで)

6月 つつじ組

担任 牧野 加奈子

☆6月のクラス目標☆

- ・「自分で!」の気持ちを大切に、いろいろなことに挑戦しよう!やってみよう!
- ・友だちと一緒に遊びを楽しもう!

♪歌ってみよう

- ・はみがきましよう
- ・かえるの合唱
- ・時計のうた
- ・青葉まつりのうた

「こうやったらいいんじゃない?」「こうしてみようよ!」電車の線路をつなげたり、道路マットを組み合わせた...「かして」「いいよ〜」「これあげる」...と最近では友だちと遊ぶ様子にも変化が感じられるようになってきました。まだまだ衝突してしまうこともありますが、友だちと一緒に遊ぶ楽しさを味わいながら遊んでいるようです。また、5月からお当番活動が始まり「いっぱいお手伝いしたい!」と張り切っています。「先生!今日誰お当番?」と毎日楽しみにしているお友だちもいます!給食のエフロン姿がとってもかわいいですよ〜♪年少さんになって始まった音感...真剣なまなざしで先生の口の形を見てまねっこしたり、キラキラした表情で音感かたの当てっこをしたり、笑顔いっぱいわんちゃんやファントマになりきってみたり...音感を楽しんでいます!つつじ組になっていろいろな初めてのことにみんなワクワクしながら取り組んでいます♪そんな子ども達の気持ちを受け止めながら、もっといろいろなことに挑戦していきたくです。

★おねがい★
作ることが大〜好きな子ども達と廃材を使って遊びたいと思います!お菓子の箱やトイレットペーパーの芯、ゼリーのカップ、ストロー、毛糸...どんなものでも大丈夫です。園にお持ちください!ご協力お願いします!

泥んこあそびが始まるよ〜!
着ている服が汚れても大丈夫!ドロドロになって思いっきり泥んこあそびを楽しみたいと思います!汚れても大丈夫なTシャツ・半ズボン(名前記入)をビニール袋に入れて6月11日(月)までにお持たせください。

こすもす組

担任 長井 愛里咲

こすもす組に進級してあつという間に2ヶ月！自分達で頑張れることが段々増えてきました！そこで今こすもす組では、チャレンジカードに取り組んでいます。チャレンジカードとは、毎週頑張ることを決めてできたらハンコをカードに押します☆最近では、給食を残していた子がピカピカに完食できるようになってきています♪自分から進んで頑張ろうと取り組んでいるこすもす組です！

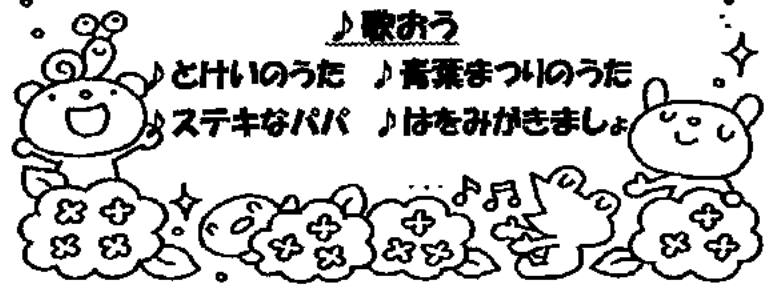
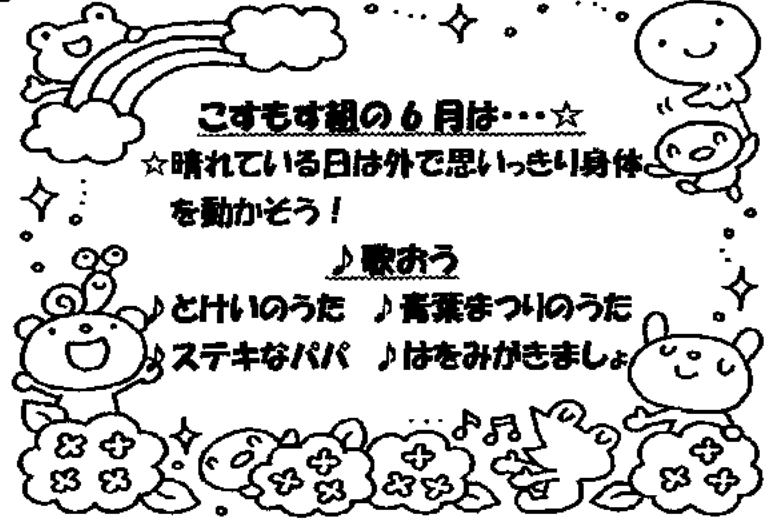
こすもす組になってから始まった体育教室！ユニークな内山先生と一緒に元気いっぱい身体を動かすのが楽しいね☆両足を揃えてジャンプしたりだるまさんが転んだをしたり・・・毎月内山先生が来るのを楽しみにしています！

もうすぐ虫歯予防デー6/4(月)です！先日の歯科健診では、こすもす組の虫歯は0でした！歯磨き教室で教えていただいた正しい歯の磨き方で子ども達のピカピカな歯を守りましょう！



☆砂場で料理をするのが大好きな子ども達！サラサラな砂や少し水を含んだ泥を上手く組み合わせています。いろんな感触をみんなで楽しみたいと思います！11日(月)までに汚れても大丈夫なTシャツ、半ズボンを持たせていただきますよう、よろしくお願ひします。また、名前の記入も忘れずにお願ひします。

☆雨の日は部屋の中で廃材を使って遊びたいと思います！お家にお菓子の箱やトイレットペーパーの芯、フチフチの包装などがありましたらお持たせください。よろしくお願ひします。



魚津水族館楽しかったね！

みんなが楽しみにしていた遠足！大型バスに乗って魚津水族館へ元気に出発した子ども達！大きな魚や小さな魚、初めて見る魚、きれいな色の魚など驚きや発見の多い楽しい遠足になりました♪いろいろな海の生き物を見て興味が広がった

こすもす組さんです！
今度は廃材を使って
こすもす水族館を
楽しもう♪



あじさい組

担任 高原 美穂

☆あじさい組 6月の目標☆
アサガオや野菜の栽培を通して、“見て”“触れて”感じたことを絵や文章でかいてみよう！
歌おう！♪すてきなパパ ♪あめふりくまのこ♪ 青葉まつりのうた

遠足、スイミング、幼年消防クラブの集い・・・楽しいことがたくさんあった5月はあつという間の一か月でした。
先日の交流会では、あおい幼稚園の年長さく組さんと“紙ひこうき大会”を行いました。これまで、クラスの遊びの一つとして“よく飛ぶ紙ひこうきを作りたい！”と色んな素材や大きさの紙で試してみたり、折り方を変えてみたり、友だちと試行錯誤しながら研究してきた子どもたち。一番お気に入りの紙ひこうきを手に、いざ天池公園へ！思いっきり飛ばすと、風に乗って遠くまで飛ぶ様子が、“楽しくて！”“嬉しくて！”外で遊ぶ気持ちよさや開放感を感じながら、何度も繰り返し夢中になって楽しみました。素材、大きさ、おり方、飛ばし方、風の向き・・・色んな角度から様々な発見をしていく姿は年長組ならではの！今回の交流会できく組さんに刺激を受けて、まだまだ紙ひこうきブームが盛り上がりそうです！



☆おねがい☆
6月に入り、梅雨の時期がくるのだなあと感じさせられる今日この頃ですね。今年も、子どもたちが大好きなどろんこ遊びを楽しみたいと思います！どろだらけになって思いっきり遊びたいと思いますので、お家にある汚れても大丈夫な服(半袖、半ズボン)を6月11日(月)までお持たせいただきますよう
よろしくお願ひいたします。
*廃材集めにご協力をありがとうございます！引き続き、よろしくお願ひいたします！

5月から月津 和花ちゃん
*があじさい組の仲間になりました！明るくてお話しするのが大好きな和花ちゃんを迎え、さらにパワーアップしたあじさい組！11人の仲間たちと、元気いっぱい、笑顔いっぱいの毎日
を過ごそうね！

6月の玄関壁面は、あじさい組の担当です！これから雨の季節に「あ～したてんきになあれ！」の気持ちを込めて、てるてる坊主を作りました！それぞれの可愛いお顔にご注目下さい♪

