

☆未満児とは0・1・2歳児クラス、以上児とは3・4・5歳児クラスのことです。

月	火	水	木	金	土	日
【今後の予定】 6/4 年少児保育参観AM 6/12 園児引き渡し訓練(全園児)PM 6/19 年少児園外保育AM 6/25 年長児幼年消防クラブの集いAM 7/21 1学期終業式(1号認定午前保育) 7/21.22 個別懇談会(全園児対象)				1	2	3  憲法記念日
4  みどりの日	5  こどもの日	6 振替休日	7 花まつり (AM) 年長児・ 年中児のみ 制服着用	8 年長児 スイミング 教室(AM)	9	10
11 新入園児 希望懇談会	12 全園児対象 内科健診 (AM) 新入園児 希望懇談会	13 年長児・年中児 体育教室 (AM) 防犯訓練	14 全園児対象 歯科健診 (AM) 避難訓練	15 年長児・年中児 園外保育 (AM) 交通安全指導	16	17
18	19	20 年長児 鼓隊指導 (PM)	21 年中児 親子 歯磨き教室 (PM)	22 年長児 年中児 遠足 弁当持参	23	24
25 発育測定 特別保育 申込締切日	26	27	28	29 誕生会	30	31

7日 花まつり(年長・年中)

「花まつり」とは、お釈迦様がお生まれになった日です。園では、新入園児も落ち着いてくる5月に1ヶ月遅れで、甘茶をかけてお釈迦様のお誕生をお祝いしています。この日は、「年長児 きく組・年中児 すみれ組」さんが蓮王寺の本堂へ行ってお参りをします。

年長児・年中児のみ制服着用(ブレザー・インシャルブラウス・ネクタイ・紺ソックス)

たくさんのお花を供えてお祝いしたいので、お家にお花がある方は、持って来てくださると嬉しいです。

5月からスタート!

年中さんは「体育教室」が、年長さんは「スイミング教室」がスタートします! 体育教室は5/13、スイミング教室は5/8が第一回目です!

15日 園外保育(年長・年中)

遠足に出掛ける前におけいこを兼ねて、年長児・年中児さんが園外保育(歌の森運動公園)に出掛けます。公園で遊んだ後は園で昼食を食べます!

※この日、年長・年中児は体操服登降園といたします。その他の持ち物はいつも通りです。

※雨天の場合、園外保育は中止となります。

(※年少組さんは6月19日(金)に園外保育を予定しています)

21日 親子歯みがき教室(年中児・年中保護者対象)

射水市保健センターから歯科衛生士さんをお招きして、年中組の保護者様を対象に「虫歯予防のための教室」を開催します。ご自宅ですぐに実践可能な虫歯予防のための方法を教えていただいたり、今後幼稚園で実施していく「フッ素洗口」の説明を受け、実際にフッ素洗口体験を行ったりします。詳しい内容については後日配布のおたよりをご確認ください。

22日 遠足(年長・年中) ※詳しいおたよりは後日配布します

リュックに入れて持ってくる物…お弁当(食べきれぬ量)・おしぼり・箸やフォーク・

敷物(一人が座れる物)・水筒 ※おやつは園で準備します

服装・・・体操服上下(天候、気温に合わせて半袖等調整可、体操服登降園)



お知らせ

5/12 内科健診

全園児対象(AM)



5/14 歯科健診

全園児対象(AM)

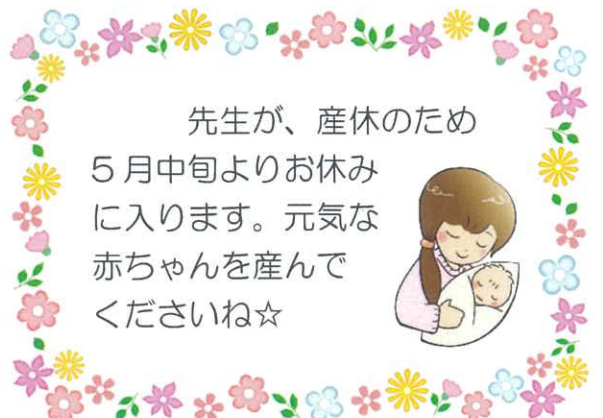
5/11~5/12

新入園児希望個別懇談会

新入園児さんを対象とした希望個別懇談会を行います。ご希望された方は後日、日時をお知らせします。



先生が、産休のため5月中旬よりお休みに入ります。元気な赤ちゃんを産んでください☆





鷹 寺 学 園

INFORMATION



4月の緊張が少しずつとれてきた様子ですが、園での生活リズムが分かり、身についてくるには、もう少し時間が必要ではないかと思えます。

5月は子どもたちがそれぞれ頑張っている日々、疲れも見え始めるころです。園では、焦らずじっくり子どもたちとふれ合いながら活動を進めていきます。

あいさつの大切さ

幼稚園の朝は「仏様おはようございます」のごあいさつから始まります。

「あいさつ」は人と接する第一歩です。

「ありがとう」は感謝の心を

「ごめんなさい」は反省の心を表します。

いろいろな場面を通して、子どもたちにあいさつの大切さを知らせていきます。

はなまつり

お釈迦様のお誕生をお祝いするはなまつりは本来4月8日です。

園では子どもたちが落ち着く頃

5月7日～8日に各園の園児が蓮王寺で集会をします。お釈迦様に甘茶をかけてお誕生をお祝いします。

「幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿」

これは幼稚園教育要領及び内容に基づいて計画され、実践される活動全体を通して幼児教育において育みたい資質、能力が幼稚園修了時に具体的な姿として見られるよう、教師が指導を行う際に考慮するものです。これらは、幼稚園教育の観点からのみ示されたものではなく、小学校、中学校、高等学校まで続く学校教育全体を見渡し作られたものです。

0, 1, 2 歳児

「健やかに伸び伸びと育つ」

「身近な人と気持ちを通じ合う」

「身近な物と関わり感性が育つ」

身体的、社会的、精神的な視点を重視して保育にあたります。

3 歳以上児

幼児教育としての時間は4時間（標準）

それ以降は家庭的な雰囲気大切に保育を行います。

子ども主体の幼児教育を目指します。

(参考 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿 東洋館出版・発行 武藤隆著)

☆園では、子どもたちが無理なくいろいろな活動に取り組めるよう工夫しています。

◎保育料・給食費等納入金について

5月25日(月)を予定しています。





生かせいのち



命の尊さを知り、慈しみの心、いたわりと思いやりの心を持った子に育てたい。

これが私たちの教育の原点です。

命をたいせつにする子

～情操教育を通して、動植物を慈しみ、命の尊さに気づく～

おもいやりのある子

～相手の気持ちに気づき、いたわりの気持ちをもてる～

教育目標

明るくげんきな子

～元気でのびのびと遊びや運動を楽しむ～

自分で考えがんばる子

～自分で自分のことができ、最後までやり抜こうとする～



やってみよう！

0・1歳児 たんぽぽぐみ

- ・ゆったりとした雰囲気の中で、個々の生活リズムに合わせて安心して過ごそう。
- ・保育者に見守られながら探索を楽しもう。
- ・春の心地よい気候を感じながら戸外で様々なものに興味をもって触れたり遊んだりしてみよう。

2歳児 かなぐみ

- ・戸外で思い切り身体を動かして遊び、心地よく過ごそう。
- ・虫や草花に触れ春の季節を感じよう。
- ・身の回りのことに興味を持ち、先生と一緒にやってみよう！

3歳児 さくらぐみ

- ・身のまわりのことを教えてもらいながら、やってみよう！
- ・草花や虫などの身近な自然に触れたり、見たりして楽しもう。
- ・保育者や友達とおもいきり体を動かして遊ぼう。

4歳児 すみれぐみ

- ・進んで元気いっぱい挨拶をしよう！
～目と目を合わせて挨拶できるかな？～
- ・友だちとの関わりの中で自分の思いを言葉で伝えてみよう！
- ・自分で出来る事を進んでやってみよう！
～身の回りの事や玩具の片付けなど～

5歳児 きくぐみ

- ・公園や小学校の校庭、小杉の町のいろんな場所に出かけ、遊んだり地域を知ったりしよう。
- ★鼓隊チャレンジ★
- ・フォーメーション練習（電車ごっこ・階段に挑戦！）
- ・メ、タコ、トントトマト、などいろいろなリズムをたたいてみよう！



5月 献立カレンダー



月	火	水	木	金	土
【お知らせ】 ・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手作りおやつです。 ・◎印は「きときとの日」です。 28日(木)は「春キャベツ」です。			日付 主食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	1 こどもの日献立 牛乳・アンパンマンのベビーせんべい (ごはん) かぼちゃコロック 三色和え 兜かまぼこ入りすまし汁 こどもの日デザート	2 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
みどりの日 	こどもの日 	振替休日 	7 (卵・乳・小麦なし) パナナ (ごはん) 厚焼き玉子 いんげんのごま和え 筑前煮 豆ひよ(ココア)・ソフトせんべい	8 牛乳・ルヴァン (ごはん) 春巻き スティックきゅうり 八宝菜 牛乳・Hi! ガッキー	9 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
11 牛乳・アンパンマンの幼児ビスケット (ごはん) 魚のかば焼き風 酢の物 じゃがいものみそ汁	12 牛乳・たべっこBABY (ごはん) チンジャオロース バンサンスー わかめスープ	13 牛乳・マンナウエファー (ごはん) 魚の南蛮漬け 即席漬け 麩のみそ汁	14 牛乳・ねじねじ (ごはん) ウィンナーと野菜の炒め物 ひじきのサラダ 白菜のみそ汁	15 牛乳・カルテツウエハースいちご (ごはん) 魚のみそマヨがけ ドレッシングサラダ もやしのスープ	16 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 きになる野菜(キャロット)・お菓子
☆ヨーグルトムース	牛乳・ミニハート	☆カラフルフルーツ	牛乳・チョイス	牛乳・ぼたぼた焼き	きになる野菜(キャロット)・お菓子
18 (卵・乳・小麦なし) りんごゼリー (ごはん) 鶏肉の甘辛揚げがらめ 青菜のコーン和え 大根のみそ汁	19 コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) オムレツのトマトソースかけ 粉ふき芋 きのこのスープ	20 牛乳・ハッピーターン (ごはん) 魚のから揚げ 切干大根のはりはり 豆腐のみそ汁	21 牛乳・ミニぼん こざかな (ごはん) あじフライのタルタルソースかけ ボイルキャベツ 青菜のみそ汁	22 牛乳・きなこもち (ごはん) 野菜炒り卵 きゅうりのカリコリ漬け なめこのみそ汁 年長・年中 弁当持参	23 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
きになる野菜(キャロット)・お菓子 牛乳・スターバックス 牛乳・こぶ柿	牛乳・ばかうけごま揚げ 牛乳・☆いちご蒸しパン	牛乳・☆いちご蒸しパン	牛乳・星たべよ	牛乳・こぶ柿	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
25 牛乳・たまごせんべい (ごはん) ナゲット風チキン 茹でブロッコリー 焼きそば ☆プリン	26 牛乳・まんまるソフトせんべい (ごはん) 魚のごまソース なめたけ和え 豚汁	27 ヨーグルト (ごはん) ミートローフ ぼてちっちサラダ コンソメスープ	28 ◎きときとの日 牛乳・たべっこ動物 (ごはん) えびフライ こまった菜おいしい菜 春キャベツとベーコンのミルクスープ	29 ●誕生会 牛乳・ミルクビスケット (ごはん) カレーライス ボイルウィンナー 変わり和え ㊦ トリプルゼリー ㊦	9 幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウィンナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳 りんごジュース・お菓子
☆プリン	牛乳・アニマルビスケット	牛乳・ビスコ	牛乳・☆チャーチャムサンド	幼児牛乳・白い風船	りんごジュース・お菓子

※飲み物がない日はお茶が付きます

木々の青葉を揺らす風がさわやかな季節になりました。子どもたちは、新しい環境に慣れると同時に疲れがでてくる時期にもなります。心と体が健康的に成長するためには、生活リズムを整えることが大切です。「早寝、早起き、朝ごはん」を心がけ、毎日、朝食を食べて1日を元気にスタートさせましょう！



体内時計を
朝型体質に調整する

毎日朝ごはんを食べると… たんぱく質



体温が上がり
元気に活動できる

食物せんい



胃や腸が刺激されて
「朝うんち」の
習慣がつく


炭水化物




脳にエネルギーが補給され
遊びや学習に集中できる

かんたん！朝ごはんの組み合わせ例

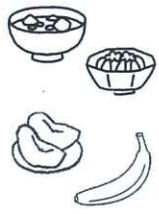
炭水化物




たんぱく質



やさしい料理
やくだもの



朝食を食べることは、1日を元気に過ごすためだけでなく、将来の健康にもつながります。



きときとの日

今月の食材：春キャベツ

春キャベツは冬に収穫されるキャベツよりも巻きがゆるいため、葉が薄くて柔らかく、水分も多く含んでみずみずしいのが特徴です。
ビタミン・ミネラルが豊富で、胃腸の調子を整える働きがあります。
捨ててしまいがちな外葉や芯にも栄養素が多く含まれているので細かく刻んだり、薄くスライスするなどひと手間加えることで丸ごとおいしく食べることができます。

今月のレシピ「春キャベツとベーコンのミルクスープ」

黒河保育園の
給食先生考案！


●材料（1人分）

- ・春きゃべつ 35g
- ・玉ねぎ 15g
- ・じゃがいも 15g
- ・にんじん 8g
- ・しめじ 5g
- ・ベーコン 8g
- ・コンソメ 2g
- ・塩 コショウ 少々
- ・牛乳 40g
- ・水 80g
- ・油 適量

●作り方

- ① 春きゃべつは食べやすい大きさにザク切り、玉ねぎは薄切り、にんじん、じゃがいも、しめじ、ベーコンは一口大に切る。
- ② 鍋に油を引き、ベーコンを炒める。玉ねぎ、にんじん、しめじ、じゃがいもを加えて炒め、塩コショウをする。
- ③ 野菜に火が通ったら春きゃべつを入れ、さっと炒める。水とコンソメを入れ、蓋をして5～10分くらい煮込む。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、牛乳を入れ、温めながら味を整える。沸騰する直前で火を止める。

子どもたちが大好きな牛乳と優しい甘さが特徴の春きゃべつのスープです。



【クイズ】 きゃべつのはなはなにいろでしようか？

①ぴんく ②きいろ ③あお 答えは下にあります

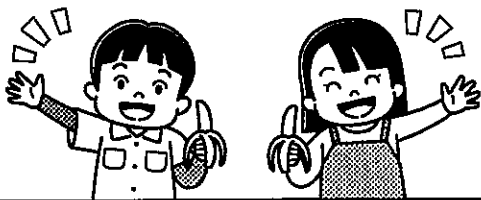
たのしくたべようニュース

子どもの成長に大切なおやつ

幼児期は、消化器官が未発達なため、三食だけでは1日に必要な栄養をとることができません。そのため、おやつはエネルギーや栄養素を補う大切な食事になります。

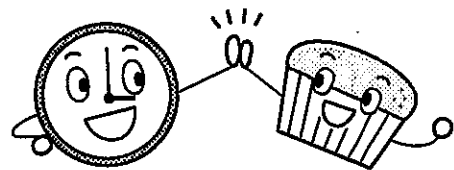
食事に影響しない量

次の食事がおいしく食べられるように、子どもがおなかがいっぱいにならない程度になるようにしてください。



回数は1~2回

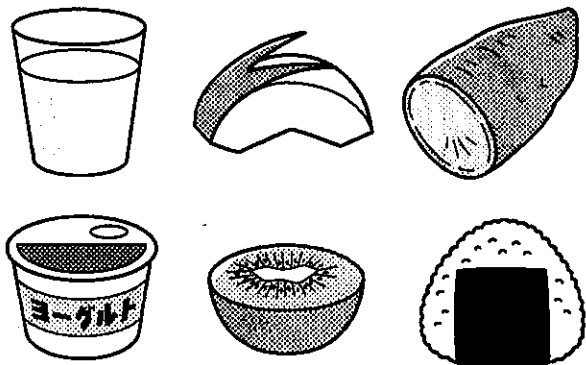
1~2歳は午前と午後の2回、3歳以降は午後1回が目安です。食事のことを考えて、食事とおやつの間は2~3時間あけるようにします。



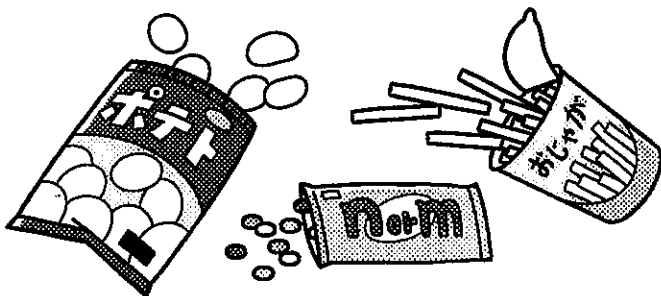
栄養素がとれるものを

骨や歯の成長に欠かせない、カルシウムが豊富な牛乳やヨーグルトなどの乳製品がおすすめです。

また、ビタミン類が豊富な果物、たんぱく質がとれる大豆製品のほか、腹持ちのよい、いも類やおにぎりなども適しています。



市販の菓子に注意

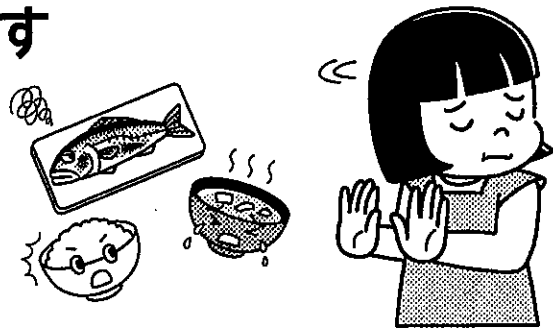


市販の菓子を購入する際は、食品表示を確認しましょう。着色料や保存料、甘味料などの添加物が多いものは、なるべく避けるようにしましょう。また、脂質や塩分の多いスナック菓子などは1回の量を決めて、食べ過ぎないようにします。

おやつを食べ過ぎてしまうと

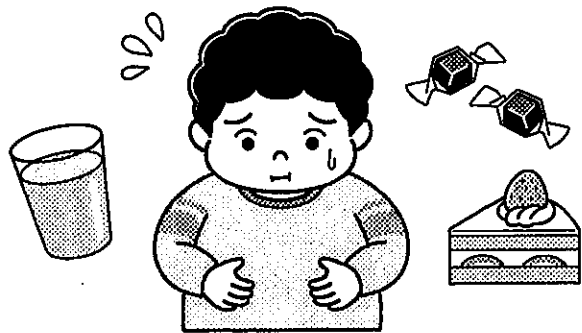
食事が食べられなくなります

子どもにとってのおやつは食事の一部ですが、とり過ぎてしまうと、満腹が続いてしまい、次の食事が食べられなくなってしまいます。



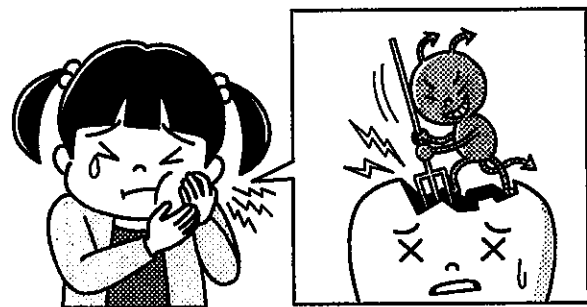
肥満の原因になります

脂質や砂糖の多いものをとることが習慣になると、エネルギーをとり過ぎ、肥満につながります。また、将来的には、高血圧や脂質異常症などの生活習慣病のリスクが高まります。



むし歯になりやすくなります

だらだらと食べていると、口の中に食べ物残り、むし歯の原因になります。



おやつは時間と量を決めて食べるようにして、食後は歯みがきやうがいをしましょう。

窒息 誤嚥

を防ぐために

⚠ 食べ方の工夫

ミニトマトやぶどうなどの丸いものは1/4に切り、皮は除きます。食事の時は水分をとらせ、ゆっくりと食べさせましょう。粘着性の高いもちや白玉だんご、かみ切りにくいもの、丸のみしやすい乾いた豆などは、5歳以下には与えません。

⚠ 声かけや見守り

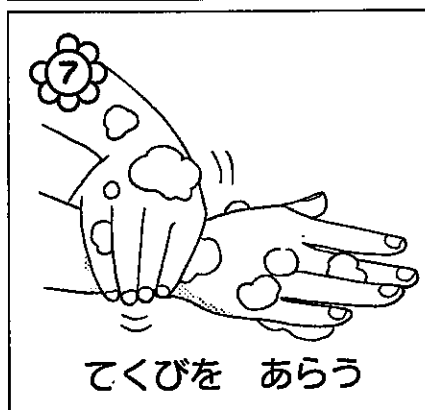
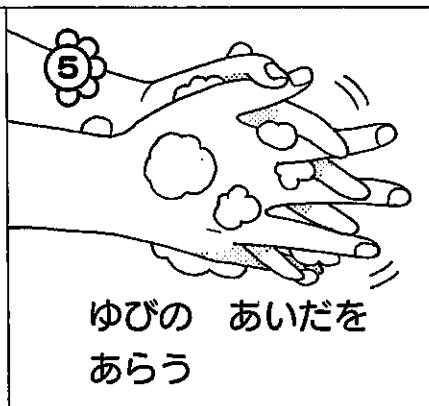
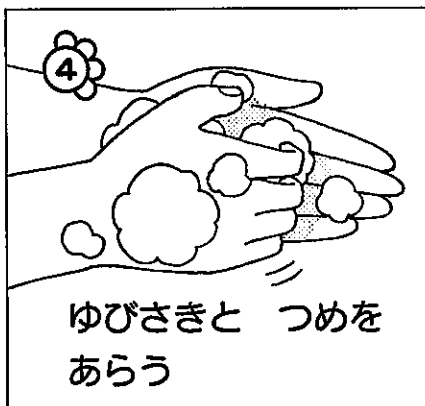
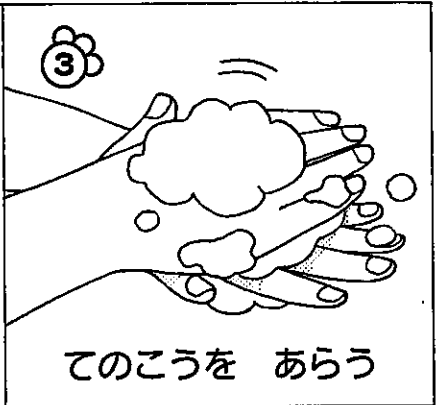
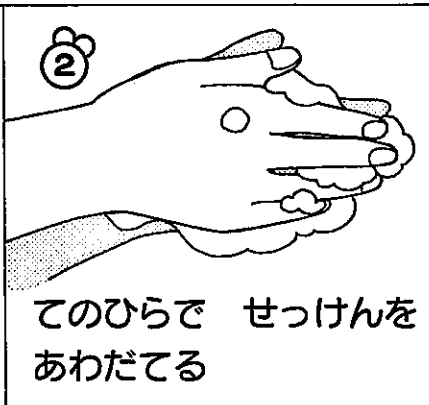
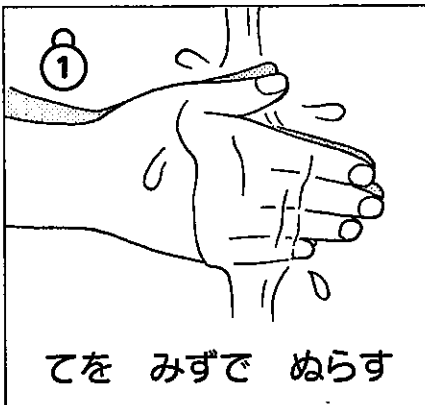
食事やおやつの際は、大人がそばで見守り、「口に入れ過ぎないよ」「よくかんでね」「ゆっくり食べようね」などと声をかけます。食べ物を口に入れたまま遊んだり、話したり、寝転んだりしないように、気をつけてあげてください。

ほけんニュース

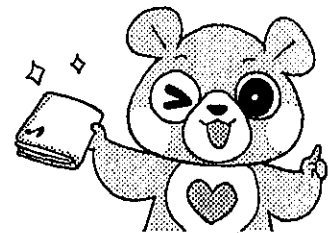
正しい手の洗い方を身につけましょう

手は、いろいろなものに触れるため、細菌やウイルスなどが付着します。そのままの手で食べたり、口や鼻に触れたりすることで、体内に細菌やウイルスが侵入して感染することがあります。それを防ぐためには、正しい手洗いを身につける必要があります。

はなまるな てあらいを めざそう!



きれいな ^たタオルで
ふこう!



けんこうくまちゃん



手洗いの効果

細菌やウイルスは、手を介して口や鼻などから人の体内に侵入して感染します。それを防ぐには、手洗いがもっとも簡単で、効果的です。手洗いをしないと手についたウイルス数は約100万個であるのに対し、水だけで15秒洗うと約1万個に減りました。石けんで60秒洗い、流水で15秒すすいだ場合は数十個に減少しました。10秒洗い、15秒流水ですすぐを2回くり返した場合には、約数個まで減少しました。

子どもたちに、手洗いの大切さを伝えましょう。

出典 森功次ほか「Norovirusの代替指標としてFeline Calicivirusを用いた手洗いによるウイルス除去効果の検討」『感染症学雑誌』80(5):496-500,2006

手洗いの大切さを絵本で学んでみませんか？

- ★『あらいくん』中川ひろたか文 seriko絵 世界文化社刊
- ★『てあらいできるかな』きむらゆういち作・絵 偕成社刊
- ★『ルル口口のであらいだいすき!』
あいはらひろゆき作 サニーサイドブックス刊
- ★『てあらいーも うがーいーも』
わたなべあや絵 きだにやすのり文 ひかりのくに刊
- ★『いただきます!の まえの ぴかぴか てあらい』
八木橋かずよ絵 中野貴司監修 少年写真新聞社刊



5月31日は世界禁煙デー ～子どもたちに無煙環境を～



5月31日は「世界禁煙デー」、5月31日から6月6日までの1週間は「禁煙週間」です。喫煙者が吐き出す煙や、タバコから立ちのぼる煙(副流煙)を吸い込んでしまう「受動喫煙」は、気管支喘息や肺機能低下など、子どもに悪影響を与えます。子どもが無煙環境で過ごせるように、子どもと一緒にいる時は、喫煙所のそばを通らない、家族に喫煙者がいる場合には禁煙するなど、おとなの対策が必要ではないでしょうか。