

月	火	水	木	金	土	日
				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 制服着用	8 スイミングスクール (年長児)	9	10
11 保育参観 葵会総会	12 内科健診	13 交通安全指導	14 園外保育 (年中児・年長児)	15 体育教室 (年中児・年長児)	16	17
18 避難訓練	19 発育測定	20 鼓隊指導 (年長児)	21	22 遠足 (年中児・年長児)	23	24
25 特別保育申し込み 締切日	26 防犯訓練	27	28	29 誕生会	30	31
～6月行事予定～  ・6/2(火) はみがき教室 (年中) ・6/12(金) 遠足 (年少児) ※給食までには園に戻ります。行き先：ファミリーパーク ・6/19(金) AM：親子ふれあい参観日 PM：引き渡し訓練 (訓練後全園児降園となります) ・6/26(金) 6月生まれのお誕生会 ご協力ください						

・花まつり 7日(年少児・年中児・年長児) 13:00～ ※制服着用です

お釈迦さまのお誕生をお祝いする「花まつり」があります。「蓮王寺」へ出かけて、お釈迦さまの誕生の姿をうつした像(誕生仏)に甘茶をそそいでお祝します。

※お花をお供えしたいと思いますので、持たせていただくと助かります。

※体操服はいつも通り持ってきてください。

※仏教行事のあとは、おさがりを持ち帰りますのでご家族みなさんで頂いてください。(3歳以上児)



・保育参観・葵会総会 11日

保育参観と葵会総会を予定しています。各クラスでのお子さんの様子をご覧ください。

保育参観後は、葵会総会がお遊戯室にて行われます。



・内科健診 12日(全園児) 13:30～ 〈園医 高畠 章司 先生〉

健診の結果につきましては以上児・うさぎ組はシール帳の健診欄をひよこ組は健診カードをご覧ください。

・園外保育 14日(年中児・年長児)

春の心地よい風を受けながら、園外保育に出かけます。(行き先：太閤山ランド)

給食までには園へ戻りますので、持ち物や服装はいつも通りです。



・遠足 22日(年中児・年長児)

友だちや先生と一緒に遠足に出かけます。みんなそろって、園バスに乗って出発です。リュックの中には、おいしい手作り弁当をつめて……。行き先、持ち物、詳しい日程については、後日お知らせいたします。

★おねがい★

・お持たせください…ティッシュ1箱

園児1人に付き1箱。記名はいりません。お部屋に常備しておきたいのをお願いいたします。
(5月8日までお持たせください。)





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います。

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。

園では子供たちが落ち着く頃

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
した保育を行います。

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色々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。



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



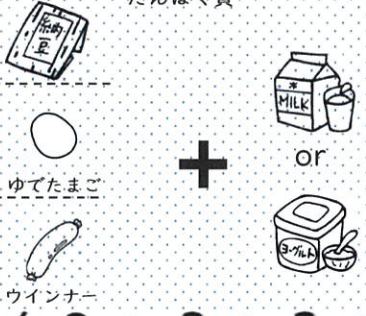
脳にエネルギーが補給され
遊びや学習に集中できる

かんたん！朝ごはんの組み合わせ例

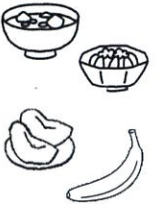
炭水化物



たんぱく質



やさい料理
やくだもの



+ or +

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ょうか？

①ぴんく

②きいろ

③あお

答えは下にあります



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。 19日(火)は「ふき」、 20日(水)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 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 バナナ (ごはん) 厚焼き玉子 いんげんのごま和え 筑前煮 豆びよ(いちご)・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 りんごジュース・お菓子
11 牛乳・ミニぼんござかな (ごはん) 魚の南蛮漬け 即席漬け 麩のみそ汁 牛乳・星たべよ	12 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 牛乳・こぶ柿	13 牛乳・アンパンマンの幼児ビスケット (ごはん) 魚のかばやき 酢の物 じゃがいものみそ汁 ☆ヨーグルトムース	14 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 牛乳・ぼたぼた焼き	15 牛乳・カルデツワエハース(いちご) (ごはん) 魚のみそマヨかけ ドレッシングサラダ もやしのスープ ☆プリン	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
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 たがぷり(食物アレルギー)・お家deスティックケーキ(いちご)	19 ◎きときとの日 牛乳・ハッピーターン (ごはん) 魚の煮付け 切干大根のはりはり 豆腐のみそ汁 牛乳・☆ふき蒸しパン	20 ◎きときとの日 牛乳・マンナウエファア (ごはん) えびカツレツ 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 牛乳・味しらべ	21 牛乳・やわらかおかき (ごはん) ウィナーと野菜の炒め物 ひじきのサラダ 白菜のみそ汁 ☆カラフルゼリー	22 牛乳・たべっ子BABY (ごはん) チンジャオロース ハンサンスー わかめのスープ 牛乳・ミニハート	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
25 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 牛乳・おせんべい(サラダ味)	26 牛乳・まんまるソフトせんべい (ごはん) 蒸し魚のごまソース なめたけ和え 豚汁 牛乳・チョイス	27 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 きこのスープ 牛乳・ばかうけ(ごま揚げ)	28 牛乳・たべっこ動物 (ごはん) あじフライのタルタルソース ボイルキャベツ 青菜のみそ汁 牛乳・☆チーjamサンド	29 ●誕生会 むらさきいもせんべい カレーライス ボイルウィンナー 変わり和え 牛乳・白い風船	日付 主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ

※飲み物がない日はお茶が付きます

元気いっぱい！



教育理念

生かせるいのち

すべてのものにいたわりと思いやりの心をもち、社会の一員としての責任を果たす個性豊かな人間を育てることを目的とする。

みんな
なかよし！



教育目標

いのちを
たいせつに
する子

あかるく
げんきな子

おもいやりの
ある子

じぶんでかんがえ
がんばる子

第三あおいっ子の



5月は…

0・1歳児 ひよこ組

- 自分の好きな遊びを見つけて楽しもう。
- 天気の良い日はお外で元気いっぱい遊ぼう。

2歳児 うさぎ組

- 自然に触れながら、戸外でのびのび体を動かして遊ぼう。
- 身支度やお着替えなど、簡単な身の回りのことを自分でやってみよう。

4歳児 こすもす組

- お友だちや保育者と一緒に体を動かすことを楽しもう。
- 生活や遊びにルールがあることを知り、守ろうとしよう。



歌ってみよう♪

- さんぽ
- こいのぼり
- 遠足に行こう
- おべんとうバス
- キャベツの中から
- はじまるよ
- おやつをたべよう など…

3歳児 つつじ組

- 春の自然に触れ、のびのびと戸外遊びを楽しもう。
- 身の回りの事を自分でやってみよう。

5歳児 あじさい組

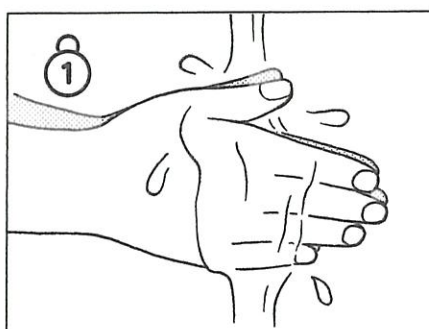
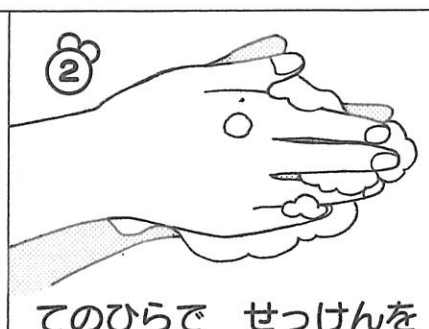
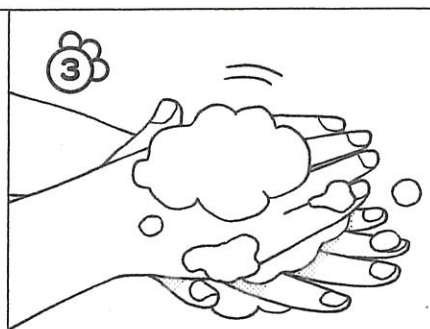
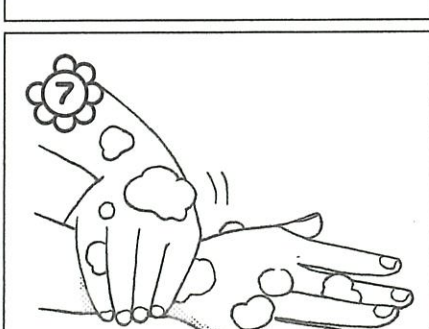
- 年長児としての意識を持ち、保育者や友だちと一緒に張り切って生活を進めよう。
- 園の生活に見通しを持ち、自分の力で行動しよう。

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ことが必要です。

はなまるな てあらいを めざそう!

 ① てを みずで ぬらす	 ② てのひらで せっけんを あわだてる	 ③ てのこうを あらう
 ④ ゆびさきと つめを あらう	 ⑤ ゆびの あいだを あらう	 ⑥ おやゆびを にぎって あらう
 ⑦ てくびを あらう	 ⑧ みずで あわを ながす	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
- ★『ルルロ口のとあらいだいすき!』
あいはらひろゆき作 サニーサイドブックス刊
- ★『てあらいーモ うがーいーモ』
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

いろんな
絵本があるよ



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。

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

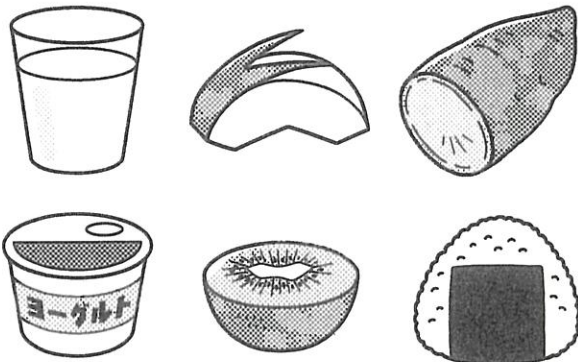
1～2歳は午前と午後の2回、3歳以降は午後1回が目安です。食事のことを考えて、食事とおやつの間は2～3時間あけるようにします。



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

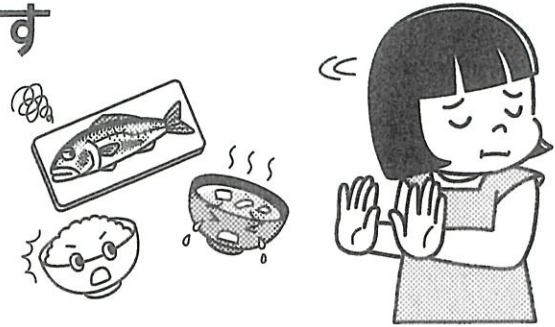


市販の菓子を購入する際は、食品表示を確認しましょう。着色料や保存料、甘味料などの添加物が多いものは、なるべく避けるようにしましょう。また、脂質や塩分の多いスナック菓子などは1回の量を決めて、食べ過ぎないようにします。

おやつを食べ過ぎてしまうと

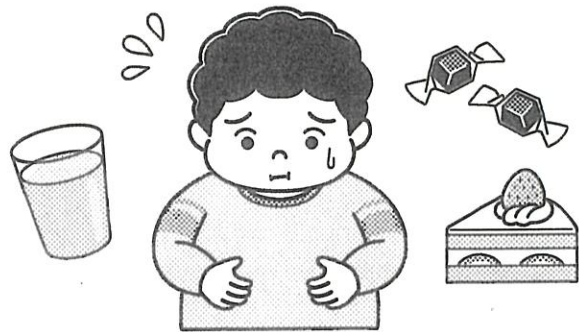
食事が食べられなくなります

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。