



令和4年5月1日  
日の出保育園

### 今月の目標

『保育者や友達と  
いろいろな経験をしましょう』



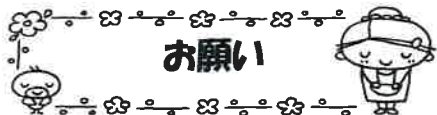
- 24日(火) 春の全園児健康診断(園医:曾我先生来診)  
お休みしないで、受診しましょう。
- 25日(水) 避難訓練(火事・地震・初期消火)
- 27日(金) 5月生まれのお誕生会

※ 状況に応じて、延期・変更等があります。  
※ 5月3日(火)~5月5日(木)は、お休みとなります。



- 7月 納涼祭
- 10/8 (土) 親と子の大運動会
- 3/4 (土) 大きくなった会
- 3/25 (土) 第48回 修了式

※ 状況に応じて、日程の変更等があります。



暑い日が、増えてきました。こまめな水分補給が出来るよう、3~5才児は、水筒をご持参下さい。

- ・水筒の中は、水またはお茶を入れて下さい。足りなくなった際には、園の麦茶を補充します。
- ※ 水筒は、自分で水分補給出来る物をお願いします。

新緑が美しく陽ざしが眩しい戸外で遊ぶのに良い季節となりました。

保育園では、散歩や園庭での遊びを通して、楽しく体力作りと解放感が味わえる工夫をしています。

5・4才児が植えた、ピーマン・ミニトマトや、花が陽ざしを浴びて育っています。水やりも楽しい仕事です。

家庭でもお手伝いを通して、『ありがとう』『上手に出来たね』等、誉められたり、認めてもらう機会を作ってみて下さい。きっと自信をつけていくお子さんの笑顔に会えます。

気分転換が難しい子も、意欲的に挑戦することでしょう。一つ一つ、一步步成長を感じられる大人がいることで、幸せな時を共有していけますよ。

### 飛び出しに注意!

後を絶たない子どもの飛び出し事故。青信号で左右を確認しなかった、気になる物を見つけたり、何かに夢中になっていた等、事故の理由は様々です。

子どもは、何かに興味を引かれると、周りが見えなくなってしまいます。連休中、色々な所へお出かけになることも多いと思います。お子様から目を離さないようにしましょう。



### 5月のうた

- ・友達讃歌
- ・小鳥の歌
- ・お母さん
- ・肩たたき
- ・鯉のぼり
- ・背くらべ
- ・おたまじゃくし
- ・ひらいたひらいた
- ・ふしぎなポケット

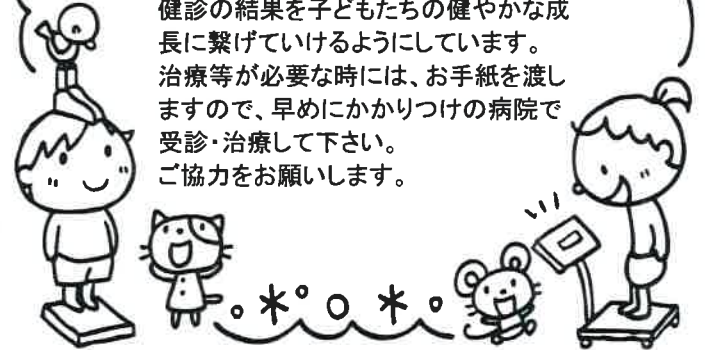


### 春の健康診断

子どもたちが元気に過ごせるよう、園医さんに来て頂き、全園児健康診断を行います。

健診の結果を子どもたちの健やかな成長に繋げていけるようにしています。

治療等が必要な時には、お手紙を渡しますので、早めにかかりつけの病院で受診・治療して下さい。ご協力をお願いします。



### 大きくなあれ! 夏野菜

今年も5・4才児が、プチトマト・ピーマンの夏野菜や綺麗な花を植えてくれました。

『大きくなあれ!』と愛情たっぷり毎日の水やりや生長を観察し、発見した事を伝え合いながら収穫を楽しみに育てています。

小さいクラスのお友達も興味を持ち、生長を楽しみにしています。植物を見たり触れ育てる経験を通し、色々な事を学び・感じる事で、子ども達の心も一緒に成長していきます。



新学期が始まって1ヵ月が経ち、多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園での生活を楽しめるようになってきました。連休が増えて生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムが崩れないよう気をつけましょう。

令和4年5月1日  
日の出保育園

### こどもの成長

#### バランスよく成長するためには？

身長や体重の伸び具合は個人差があるので、平均値と差があっても気にする必要はありません。さらに大きく、バランスよく成長していくためには、好き嫌いをせずにご飯を食べ、日中はたくさん運動をし、十分な睡眠をとることが大切です。



#### 視力を下げないためには？



- テレビは時間を決め、近付き過ぎないように見ましょう
- 本を読む時は目を近付けず、背筋を伸ばして正しい姿勢で読みましょう
- 動いている物や遠くにある物を見て目を刺激しましょう
- 前髪は目にかからない長さにししましょう

#### 感染症に負けないために

正しい手洗い・うがい、マスクの着用、咳エチケットをおこない感染予防に努めましょう。免疫力を高めるために、毎日の生活リズムを整えることが大切です。十分な睡眠、適度な運動、バランスの良い食事を心がけましょう。お出かけは子どもの体調をみながら、三つの密を避け、スケジュールに余裕をもちましょう。



#### 爪は伸びていないかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪（つめ）の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。爪に汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。子どもがあこがれるマニキュアですが子どもの爪は薄く弱いため、アレルギーを引き起こす可能性や緊急時の爪の状態を確認できなくなることもあります。

また、爪が長いことでひっかけてしまったり、お友達を傷つけてしまうおそれもあります。一緒にお風呂に入ったときや、手をつないだ時に爪が伸びていないかチェックをしましょう。



#### 水分補給

大人の体は7割近くが水分です。乳幼児はさらにその割合が増え、生まれたばかりの乳児だと、なんと8割近くになります。その分、失われる水分量も多く、こまめな水分補給が必要になります。

起床時、就寝前、運動の前後、入浴前後など、汗をかく前と後など、一度に大量を与えるのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。

病気にかかっていなければ白湯や麦茶などがよいでしょう。糖分の多いジュースや、消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターは、水分補給という点ではあまり適しません。失われた電解質を補充する時は、経口補水液が役立ちます。