

新年度が始まって1カ月が経ち、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生活を楽しめるようになってきました。一方、ゴールデンウィークを楽しく過ごしたあと、心身ともにちょっと不安定になったり、体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。今月も、ご家庭と連携をとりながら、お子さんの様子に気を配っていきたいと思います。

年間保健行事予定

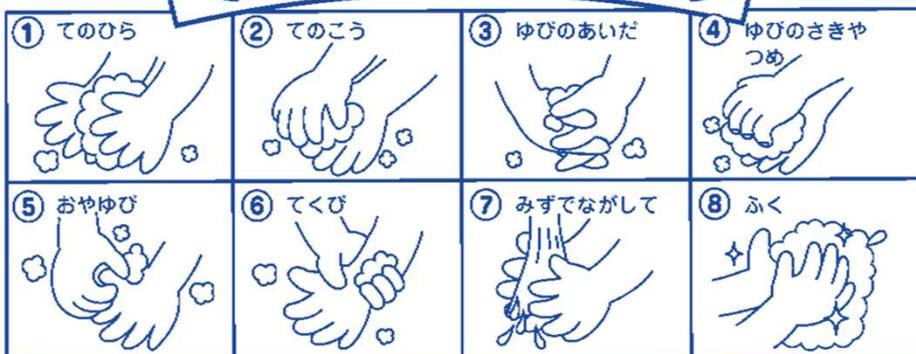
- ・身体測定：毎月
- ・内科検診：6月5日（木）・12月4日（木）
- ・歯科検診：6月12日（木）・12月11日（木）
- ・尿検査：6月19日（木）～20日（金）
12月18日（木）～19日（金）

*都合により日程が変更になることがあります。ご了承ください。

誤飲防止に関するお願い

乳幼児にとって興味のあるものを触ったり、なめたり、口の中に入れることは自然なことです。しかし、誤飲の恐れもあるため、以下の点に、ご協力下さい。

- アレルギーをお持ちのお子さんもいらっしゃるので、朝食は、家で済ませてから登園して下さい。
- シールや玩具、あめ玉、ガム、お菓子、お金（コイン）等、小さいお子さんが、口に入れそうな物が鞆やポケットに入っていないか確認しましょう。



コミュニケーションを とりながら楽しい食卓を

食卓は栄養を摂取するためだけでなく、家族で会話を楽しんだり、一日の出来事を話したりする場でもあります。「これ、おいしいね。どうやって作ったの？」など、食卓で繰り返されるなにげない会話により、コミュニケーション能力が育まれていきます。また子どもにとっては、保護者を手本にして食事のマナーを身につける大切な時間でもあります。

手洗いでできているかな？

離乳食のころから、流水で手を洗う習慣をつけましょう。「自分で」が大好きな1歳児ならプッシュ式の泡せっけんで手のひらをゴシゴシ、パーに開いて伸ばした指を組んでゴシゴシ手の甲をゴシゴシと楽しみながら習慣にしていきます。手首や爪先などは大人が手伝いましょう。3歳以上は親指を握ってのクルクル洗いも加えていきます。

食べもののクイズ

ビタミンが豊富で主食になる野菜は？
★土の中で育つ、ごつごつした
丸い野菜はなに？
(ヒント→カレーやシチューに入ってるよ)

- ①にんじん ②とまと ③じゃがいも

ビタミンCが豊富でエネルギーのみなもと。皮が薄く、全体に張りのある物を選びましょう。

こたえ じゃがいも