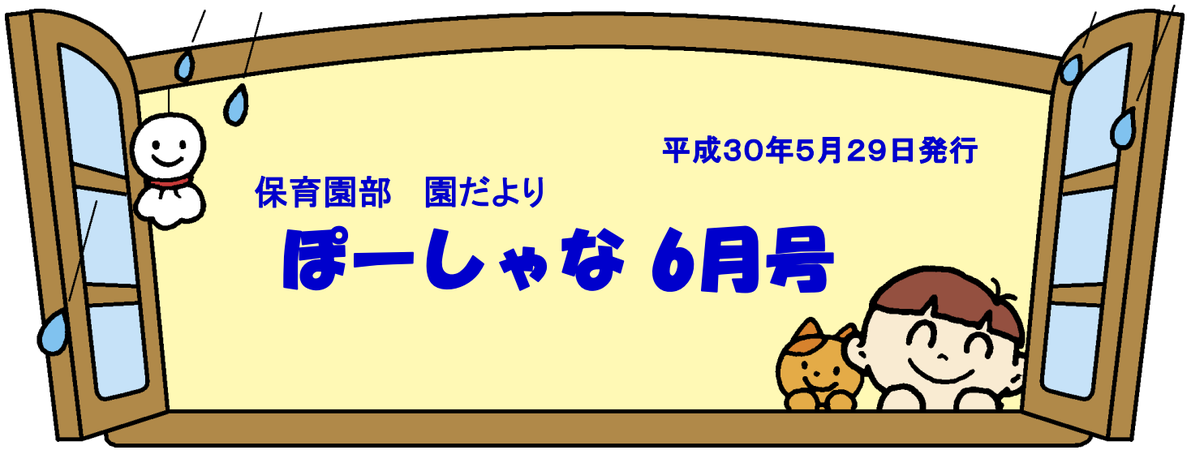


平成30年5月29日発行

保育園部　園だより

ぽーしゃな 6月号

新型コロナウイルスの影響が続く中、気温、湿度ともに上がる梅雨の時期を迎えます。
室内での活動が増えますが、暑さ対策や換気など、子ども達の健康管理に十分気をつけ、
身体をのびのびと動かしながら楽しめるようにしていきたいと思います。

今月のねらい

・梅雨の時期ならではの自然に親しみ、
　関心を持つ。
・全身を使った遊びを保育者や友だちと

今月の行事

1日（月）　衣替え
15日（月）　身体測定(うさぎ)
16日（火）　身体測定(りす)
17日（水）　身体測定(ひよこ)
18日（木）　避難訓練
19日（金）　交通安全指導
24日（金）　誕生会



5月生まれのおともだち

ひよこ組　（1才になります）
☆　2名のおともだち

うさぎ組（3才になります）
☆　2名のおともだち

うさぎ組（3才になります）
☆　誰もいません

おたんじょうび
おめでとう

お知らせ

6月1日（月）より、衣替えです。
着替えの衣服も季節にあったものに替えてあげて下さい。
うさぎ組は、制服（スモック）はいりません。

ほけんだより

コロナウイルスだけでなく、かぜやインフルエンザ等にかかった人の咳やくしゃみの飛沫(しぶき)には、ウイルスが含まれています。飛沫は水分を含んでいるので、1m前後でほとんどが落下してしまうといわれていますが、くしゃみには、数万から数十万個の飛沫が含まれていて、2～3mも飛ぶというデータもあります。咳、くしゃみが出たら、早めにマスクをし、家族や友達にうつさないようにすることが大切です。

むし歯予防4つのポイント

＊食べたらみがく習慣を
食後３０分以内にみがくことで、菌の繁殖を抑えます。

＊栄養バランスのよい食事を
バランスのよい食事で、糖質のとりすぎを抑えられ、また骨や歯によいとされるカルシウムは、ビタミン類やリンといっしょにとることで吸収されやすくなります。

＊規則正しい生活習慣を
生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は体の機能が低下し抵抗力が弱まるなど、体のあらゆる面において悪影響を及ぼします。

＊定期的に歯科検診を
むし歯は、早く発見し治療することで、永久歯に影響を残さずにすみます。
フッ素塗布も有効です。

給食だより

梅雨の季節になりました。雨の日が続く
梅雨は気温が高くなり、湿度も多く、
体への負担が大きくなってしまいます。
食事、水分補給をしっかりとし、元気に
過ごしていきたいですね。

食中毒を防ぐ3原則

「つけない」
手洗いをしっかりとする！
汚れた手で食品を触らない！

「増やさない」
購入後はすぐ冷蔵庫へ！
作ったものは早く消費する！

「やっつける」
食品の中心までしっかり
加熱してから食べる！

よく噛んで食べるといいことがたくさん！！

①だ液がたくさん出て虫歯予防をする
②食べすぎを防いで肥満を予防する
③あごの筋肉を発達させ歯並びが良くなる
④脳を刺激し頭の働きを良くする
⑤消化吸収を良くする
⑥食べ物の味がよくわかりおいしく感じるようになる



丈夫な歯を作るために歯磨きはもちろん、良い食生活を心がけましょう