



5月園だより

社会福祉法人ふれあいの森 東桂保育園

令和6年5月1日発行 TEL 43-7185

E-MAIL higashiho@ia9.itkeeper.ne.jp

Instagram



入園、進級から1か月が過ぎ、なかよしのお友だちや好きな遊具などを見つけた子ども達。気の合う仲間や、自分の居場所ができることで、遊びの幅がグーンと広がっています。ひとつ「お兄さん」「お姉さん」になった事が嬉しくて年下の子のお世話やいろいろなことを教える姿もみられ、頼られることでまた一つ成長しています。不安が消え自信を持ち、張り切って生活している子ども達の様子に安心と逞しさを嬉しく感じています。親子遠足アンケートでは貴重なご意見ありがとうございました。全てのご意見に添うことはできない部分もありましたが、参考にさせて頂き計画をたてました。別添のお手紙をご覧ください。お子さん達と一緒に楽しい1日を過ごしていただきたいと思ひます。ご協力よろしくお願ひいたします。

5月は気候も良く、いちばん活動しやすい時期だったはずですが、このところ気候変動で爽やかというより、異常な暑さで熱中症対策も早めに気を付けていかなければなりません。例年6月に園服の衣替えをしていましたが、今年は5月から9月末まで、園服の着用は個々の判断で自由着用にしていきたいと思ひます。(園服着用をしない場合、名札はつけません。)子ども達が大きくなるにつれて、気温の変化を感じ、自分で考えて衣服の調節ができるようになればと思ひています。朝の登園時にお子さんと相談して、なぜ今日は着るのか着ないのか等お話ししながら進めると『自分で感じて考える力』がついてきます。説明なく「今日は着るの!」「今日は着ないの!」と決めつけてしまうと子どもは自分で考えなくなり、自分で判断しなくなります。生活の中でもいろいろな場面でこういったことはあると思ひます。小さな積み重ねでお子さん達の「考える力」を育て自立を目指していきましょう。

5月の連休中は日頃お忙しい保護者の皆様や、4月には緊張していたお子さん達もリラックスできる時です。ご家族で楽しくゆっくり過ごして、また元気に登園しましょう。

ほけんだより

新年度が始まって1ヶ月が経ちました。この時期は1日の気温差が大きく、心や体に疲れが出たり、体調を崩したりしやすい時期です。汗をかいたら着替えるなどこまめに衣服調節をしながら体調管理をしましょう。一枚羽織る物を持っているといいですね。色々な感染予防を行い、「早寝・早起き・朝ごはん」で規則正しい生活を心掛けて、免疫力を維持していきましょう。

子どもたちも5月病…子どもたちも新しい生活に慣れてきたころですが、大人が思っている以上に頑張りすぎてストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ち不安定になったりするお子さんも中にはいます。普段泣かない子が泣く・目をパチパチさせる・今までできたことが「できない」「やって」など何かと理由をつけて困らせたり、元気がなくなったり…子どものちょっとしたサインに「わがまま!？」ととらえてしまうことも多く、大人が見逃しやすい傾向にあります。

子どもも毎日、集団生活の中で、色々なことに挑戦し頑張っています。その頑張りを認め、たくさん褒めたり、いっぱい抱きしめたりすることで満足し、次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。子どもたちが心身共に安定して過ごせるように、大好きなご家族の愛情をたっぷり注いでみませんか?多分どんな薬より効果てき面だと思ひます。



爪を清潔に…子どもたちは様々なものに触れるため、爪の中に汚れが入り、伸びているとかけてしまいます。汚れが溜まると炎症を起し、爪の病気になるので、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。また、爪が長いとどこかにひっかけてしまい、お友だちを傷つけてしまうことにもなりかねません。おうちで定期的に切ってくださいなお願ひいたします。

4月発症した感染症

気温差が激しく、体調管理が難しい時期ですね。鼻水、咳もひどくならないうちに受診しましょう。

【溶連菌感染症】発熱・のどの痛みが主な症状ですが、腹痛や倦怠感などを伴うことがあります。発疹や舌にイチゴのようなツブツブができたりします。抗菌薬内服後24時間を経過後登園が可能です。

【RSウイルス感染症】RSウイルスの感染は何度も感染を繰り返しますが、生後1歳までに半数以上、2歳までにほぼ100%の乳幼児が感染します。症状は発熱、鼻水が数日続き多くは軽症で済みますが、咳や「ゼーゼー、ヒューヒュー」という喘鳴を伴った呼吸困難症状が出現した場合、気管支炎や肺炎になり入院になってしまうこともあります。症状が改善しない場合は再受診をおすすめします。

【とびひ(伝染性膿痂疹)】湿疹や虫刺されなどを掻きこわした部位に細菌が感染し「飛び火」するかのようによく周囲や離れた部位に症状があつというまに広がります。水ぶくれができるタイプと、厚いかさぶたができるタイプがあります。どちらにしても早めの受診で抗菌薬内服と外用薬の治療が必要です。

5月生まれのおともだち

6歳のおともだち

21日 けいたろうちゃん

24日 めいちゃん

5歳のおともだち

8日 みうちゃん

4歳のおともだち

25日 ゴックちゃん

1歳のおともだち

24日 こはるちゃん

おたんじょうび
おめでとう!

	月 日	曜日	子どもの予定	園の予定
①	5月1日	水	園服自由着用(5月～9月)	
②	2日	木		全員寝具の持ち帰り ※毛布をタオルケットにかえてください。
	3日	金	憲法記念日	
	4日	土	みどりの日	
	5日	日	子どもの日	
	6日	月	振替休日	
③④	7日	火	3歳以上児 水筒持参開始	園開放日「こいのぼり製作」 都留保育所連合会理事会 天野
⑤	8日	水	4月・5月生まれのお誕生会	都留保連給食委員会 小林
⑥	9日	木	お仕舞のお稽古 ひまわり組	
⑦	14日	火	♪リトミック さくら組	職員検便
⑧	15日	水	🍷おにぎりづくり すみれ組 ひまわり組	
⑨	16日	木	避難訓練(ベルを聞く・防災頭巾・非常靴着用)	
⑩	17日	金	ECC 英語で遊ぼう ひまわり組	全員寝具持ち帰り
④	20日	月		園開放日「おはなしの会」 心肺蘇生 A グループ
⑪	21日	火	🏆キッズサッカー教室 すみれ組 ひまわり組	心肺蘇生 B グループ
⑥	22日	水	お仕舞のお稽古 ひまわり組	
⑦⑫	23日	木	♪リトミック すみれ組 ひまわり組	ホームページ用動画撮影
⑬	24日	金	内科検診 13:00～	ECC 体験教室
⑭	28日	火	森の活動 すみれ組 ひまわり組	ヒヤリ・ハット会議
	31日	金	園だより発行 出席ノート集計	全員寝具持ち帰り

おたより

- ① 昨今の気象状況の著しい変化に伴い**5月～9月の間は園服の着用は自由**にしたいと思います。詳しくは園だより**トップページ**をご覧ください。
- ② 寝具等を持ち帰ります。**連休明けには毛布をタオルケットにして持たせてください。**
- ③ 連休明けから**3歳以上児**(ひまわり組・すみれ組・さくら組)は熱中症予防のため**水筒(肩掛けの出来るもの)を持たせてください。****中身はお茶か水**をお願いします。水筒には**必ず名前を記入**してください。
- ④ 今年度から園解放日を月2回開催します。年間を通して製作や絵本読み聞かせ、リトミックやわらべ歌、離乳食や幼児食のお話し、水遊び、絵の具遊び等…いろいろ計画しています。ご近所やお知り合いの方に未就園児がいらっしゃいましたらお誘いください。在園児の保護者の方もお仕事がお休みの日にはお子様と一緒に遊びにいらしても大丈夫です。
- ⑤ 4月・5月生まれのお友だちのお誕生会です。お食事は「こどもの日のおたのしみメニュー」をいただきます。
- ⑥ 楽しみにしていたお仕舞のお稽古が始まりました。緊張しながらも武田先生のお話をよく聞いて頑張りました。お謡いの言葉や扇の扱い、お仕舞や座り方等難しいこともたくさんありますが、発表会を目指して「老松」の練習に励みたいと思います。**動きやすいズボンの着用**をお願いします。
- ⑦ お子さん達が大好きなリトミックです。たくさん身体を動かしますので**動きやすいズボンで登園**をお願いします
- ⑧ すみれ組・ひまわり組は「🍷おにぎりづくり」をします。5月のクラス用月刊誌<学研科学絵本・やってみよう>はおにぎり特集です。見て読むだけではなく実際にやってみようと計画しました。自分で作って美味しく食べることで、お米や海苔、中に入れる具材にも興味を広げて探求心、好奇心を広げていきたいと思います。当日は**爪を短く切ってマスクを持ってきてください。****髪の毛の長いおさんはきっちりまとめましょう。**
- ⑨ 今月の避難訓練は、火災時に鳴る非常ベルの音を聞いて防災頭巾をかぶり、非常靴を着用して避難する練習をします。
- ⑩ ECCジュニア英語教室の池谷先生が、ひまわり組のお友だちに英語の楽しさを知ってもらいたいと英語の絵本の読み聞かせをさせていただきます。英語の興味が持てるとういすね。
- ⑪ YFC主催**ヴァンフォーレ甲府のサッカー教室**です。すみれ組・ひまわり組のお友達が合同で参加します**体操着を着用して9:30までに登園**をお願いします。**体操着は園で貸し出します。**(16日を目安に配布)貸し出しのもので名前を記入はしないでください。**運動会にも使用しますので、そのままご家庭で保管**してください。※汗をかきますので**着替え一式をビニール袋に入れて持たせてください。**
- ⑫ ホームページのリニューアルを計画しています。お子さん達の普段の生活や遊んでいる姿を動画で撮影しますので、当日は**名札・マスクを付けなくて登園**してください。お子さんが写ってしまうことに同意いただけないご家庭はお知らせください。保護者の皆様や外部の方にも見やすくなるよう作成していきたいと思っています。リニューアルまでは今のホームページでブログの更新を行っていますのでご覧ください。
- ⑬ 保育園では年2回の内科・歯科検診を行っています。24日(金)は嘱託内科医武井クリニックの**武井先生による内科検診**です。お休みした時には、直接武井クリニックに行って検診を受けていただく必要があります。なるべく**お休みしないようお願い**します。検診の時間のみの登園も可能です。健診後には結果カードに記入し、ご家庭へ配布します。ご確認後、印を押して保育園へ返却してください。
- ⑭ 今年度も主に**3歳以上児を中心に森の活動を行う予定**です。森に行く日は「**森の服装**」をよく見て準備をお願いします。不明な点は担任までお問い合わせください。**9時20分までに登園**してください。雨天の時は中止とさせていただきます。(メールでお知らせします)



5月の献立

※おやつ欄の()内には未満児に加わる食品

実施日	曜日	献立			主な食材			熱量 塩分
		主食	副食	おやつ	血や骨になる	熱や力になる	体の調子を整える	
13 27	月	豆とひじきの 玄米ご飯	・野菜カレー ・みかんサラダ ・バナナ	・コーンの豆乳蒸しパン ・番茶 (乳ツ、番茶)	・大豆・ひじき・豚肉 ・卵・豆乳・ベーコン	・玄米 ・じゃがいも ・小麦粉	・人参・玉葱・ピーマン ・かぼちゃ・しめじ ・キャベツ・きゅうり ・みかん・バナナ・コーン	578 1.8
14 28	火	焼きそば	・甘酢和え ・みそ汁(豆腐・I汁・麩) ・グレープフルーツ	・いももち ・番茶 (ハカ・番茶)	・豚肉・青のり・わかめ ・豆腐・煮干・みそ・豆乳 ・チーズ	・中華麺・ゴマ ・麩・じゃがいも ・片栗粉	・キャベツ・人参・ピーマン ・もやし・きゅうり・大根 ・えのき・グレープフルーツ	504 1.7
15 29	水	納豆 玄米ご飯	・サバの西京焼き ・小松菜の塩こうじ和え ・けんちん汁 ・はっさく	・ゴマきなこマカロニ ・食べる煮干 ・番茶 (クレーフ、フルーツ・番茶)	・納豆・さば・みそ・さつま揚 ・煮干・きなこ・食べる煮干	・片栗粉 ・マカロニ ・ゴマ・黒糖	・小松菜・もやし・コーン ・人参・大根・ごぼう・ねぎ ・れんこん・しめじ・はっさく	519 1.6
2 16 30	木	フランス パン	・ミートボール ・野菜卵のソテー ・コンソメスープ ・バナナ	・和風ツナおにぎり ・はっさく (はっさく・番茶)	・合挽肉・高野豆腐・豆乳 ・卵・ベーコン・ツナ	・フランスパン ・パン粉 ・玄米	・人参・玉葱・ピーマン ・アスパラ・キャベツ ・パプリカ・かぶ・コーン ・バナナ・ごぼう	526 1.5
17 31	金	玄米ご飯	・かじきのオーロラソース ・鶏と野菜の煮物 ・若竹汁 ・オレンジ	・りんごクッキー ・番茶 (ハカ・番茶)	・カジキ・鶏肉・わかめ ・卵・バター	・玄米 ・小麦粉	・人参・大根・ごぼう ・いんげん・しいたけ ・たけのこ・オレンジ ・りんご	543 1.1
18	土	スパゲティ ナポリタン	・小松菜のおかか和え ・みそ汁 ・柑橘	・カルシウムせんべい ・バナナ ・番茶	・魚肉ソーセージ ・かつおぶし・わかめ ・煮干・みそ	・スパゲティ ・麩 ・カルシウムせんべい	・人参・玉葱・ピーマン ・小松菜・もやし・柑橘 ・バナナ	480 1.8
20	月	豆とひじきの 玄米ご飯	・チキンカレー ・大根とツナのサラダ ・グレープフルーツ	・お好み焼き ・番茶 (はっさく・番茶)	・大豆・ひじき・鶏肉・ツナ ・卵・豆乳・魚肉ソーセージ ・シラス・かつおぶし・青のり	・玄米 ・じゃがいも ・小麦粉 ・中華麺	・人参・玉葱・パプリカ ・トマト・大根・きゅうり ・コーン・グレープフルーツ	576 2.0
7 21	火	肉野菜 うどん	・ごぼうサラダ ・はっさく	・豆腐の洋風おやき ・バナナ ・番茶 (ハカ・番茶)	・豚肉・煮干・ひじき・ちくわ ・チーズ・豆腐・シラス	・うどん ・ゴマ ・玄米	・人参・キャベツ・玉葱 ・ごぼう・きゅうり ・ほうれん草・バナナ	502 1.8
1 22	水	白ゴマ 玄米ご飯	・あじフライ キャベツ添え ・小松菜の磯和え ・みそ汁(カブ・豆腐・I汁) ・バナナ	・パイナップルケーキ ・番茶 (乳ツ、番茶)	・アジ・卵・海苔・豆腐 ・わかめ・煮干・みそ・豆乳	・玄米 ・小麦粉 ・塩こうじ ・パン粉	・キャベツ・小松菜・もやし ・人参・えのき・バナナ ・パイナップル	574 1.6
9 23	木	にんじん パン	・シェパードパイ ・スティック野菜 みそマヨ ・ミネストローネ ・オレンジ	・おにぎり ・グレープフルーツ ・番茶 (クレーフ、フルーツ・番茶)	・卵・豆乳・豚挽き肉・みそ ・ベーコン・シラス・わかめ	・にんじんパン ・じゃがいも ・マカロニ ・玄米・ゴマ	・玉葱・スナップえんどう ・大根・人参・きゅうり ・トマト・ピーマン・オレンジ ・グレープフルーツ	570 1.8
10 24	金	玄米ご飯	・キャベツと豚肉のあっさり煮 ・卵焼き ・みそ汁(小松菜・大根・シメジ) ・バナナ	・ぎょうざピザ ・番茶 (乳ツ、番茶)	・豚肉・卵・魚肉ソーセージ ・高野豆腐・煮干・みそ ・チーズ	・玄米 ・ぎょうざの皮	・キャベツ・人参・ねぎ ・小松菜・大根・しめじ ・バナナ・ピーマン・玉葱 ・コーン	568 1.8
11 25	土	チャーハン	・小松菜のおかか和え ・みそ汁 ・柑橘	・カルシウムせんべい ・バナナ ・番茶	・挽き肉・卵・かつおぶし ・わかめ・煮干・みそ	・玄米 ・麩 ・カルシウムせんべい	・ねぎ・人参・ピーマン ・小松菜・もやし・柑橘 ・バナナ	464 1.6

お食事だより



保育園での1日の	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
栄養給与目標量	585kcal	21.09	19.09	1.89
提供栄養量	551kcal	19.49	18.59	1.69

入園、進級して新しい生活が始まって1か月。環境や気候の変化や緊張から疲れが出やすい時です。毎日を元気に過ごすためにも、朝ごはんをしっかりと食べて、生活リズムをととのえましょう。

「朝ごはんは大切なエネルギー源」朝ごはんは、とても大切なものです。私たちは寝ている間もエネルギーを使っているため、朝起きた時は、エネルギーが少なくなっています。朝ごはんを食べることで、脳と体を目覚めさせて体温を上げ、午前中にしっかりと活動するためのエネルギーを補給することができます。〈ごはん・パン・めん〉はエネルギーの元になる炭水化物が多く含まれています。毎日を元気に過ごすためにエネルギー源になる食品をしっかりととりましょう。

「旬の野菜を食べましょう！」旬とは、野菜などがよくとれて、味のもっともよい時季のことです。近年は、品種改良や栽培技術の進歩、流通システムの発展により、旬に関係なく、いつでも食べられるようになりました。しかし、旬にとれたものは栄養価が高く味も美味しいといわれています。季節を感じながら積極的にとりましょう。

こどもの日…5月5日は「こどもの日」です。お子さんたちが明るく健康に育つようにという願いがこめられたお祝いの日です。この日は、鯉のぼりを掲げ、兜を飾り、柏餅やちまきなどを食べて、お子さんたちの成長発達を祝う風習があります。「かしわ餅」には、かしわの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫を絶やさない縁起が良いものと考えられています。5月8日のお誕生会では、春野菜を盛り込んだランチで、お子さん達の健やかな成長をお祝いしたいと思います。

特別食についての対応…離乳食や、食物アレルギーなどの特別食の対応を行っています。離乳食はご家庭と連携をとりながら、お子さん一人ひとりの成長に応じて個別に対応していきます。食品の除去は、医師の診断書・指示書(指定の用紙があります)に基づき、アレルギー除去食・代替食を提供しています。安心してお食事をいただけるよう十分に留意してまいります。その他、お食事について気になる点がございましたら、お気軽にご相談ください。

お楽しみランチ5月8日(水)

- ・ 鮭と炒り卵ご飯
- ・ かぶと春巻き
- ・ ポテトサラダ
- ・ みそ汁
- ・ オレンジゼリー



おやつ

- ・ リッツ
- ・ バナナ

クラスだより

ひまわり組

昨年度から「ひまわり組になったら〇〇を頑張りたい！」とそれぞれ話していた言葉通り、この4月は縄跳びや雲梯に何度も挑戦したり、小さなお友だちに優しくしたり、お支度が早くなったり…とみんなのかわいい姿がたくさん見られています。その意欲を大切に、お友だち同士刺激となって頑張っていきたいですね！そしてひまわり組と言えば、お仕舞のお稽古が始まりました。足袋を履く、正座をする、すり足で歩く…慣れないことばかりでなかなか苦戦していますが、楽しみにしていた分とても真剣に取り組んでいます。なるべくお休みせず、参加出来るようにご協力をお願いします！

さくら組

4月の始めは緊張気味だったお友達も新しいクラスに徐々に慣れ、とびきりの笑顔やとても怒った表情など一人ひとりのその子らしさを見せてくれるようになりました！のびのびと過ごせるようになった姿を見て、少し安心しています。素直な喜怒哀楽の表現ができる環境を大切にしていきたいと思います。進級して“自分でやりたい”“一人でできるよ”という気持ちが増しているさくら組さん。時間はかかってもじっくり取り組めるゆとりを持ち、お友達同士で「すごいね」「かわいいな」「やってみようかな」と認め合うことで様々な意欲に繋げていきたいです。

つくし組・めばえ組

入園・進級してからあっという間に1か月。4月は体調を崩すお子さんが少なく、みんな元気いっぱい！お外でもトコトコと歩きメダカさんやアリさんにかわいいごあいさつをしています。トンネルお山の頂上にも物怖じせず「よいしょよいしょ」とチャレンジしています。今月からつくし組に3名・めばえ組に1名かわいいお友だちが入園して賑やかなクラスになります！担任には田村保育士が加わり、お子さん一人ひとりの成長に合わせてコミュニケーションを取りながら大切に過ごして行きたいと思います。新緑の気持ちのよい季節をみんなで「楽しい」ことをいっぱい見つけて過ごしていきましょうね。

すみれ組

「先生、見て！」パジャマに着替えた後、丁寧に畳んだ服を得意に見せに来るすみれ組さん。新年度が始まり1ヵ月が経ちましたが新しい環境にすっかり慣れて毎日意欲的に過ごしています。時計を見ながら「お片付けの時間だよ」と知らせたり、小さなお友だちに優しく声をかけたり、たまに苦戦しながらもお箸での食事を楽しんでいます。ひまわり組のお友だちとのお散歩は少しずつ距離を伸ばしていますが、弱音を吐かずに頑張っている歩いています。今は「こどもの日」に向けて鯉のぼり製作をすすめています。線にそってハサミを入れる難しさを感じながらも一人ひとりが集中する姿に成長を感じています。

たんぼぼ組

たんぼぼ組に進級し1か月が経ちました。新しい環境にもすっかり慣れ、毎日元気いっぱい過ごしています。デイバックを背負って登園し朝のお支度もお兄さんお姉さん気分頑張っています。暖かくなり園庭にたくさんの虫たちが遊びに来ています。特にアリの興味津々です。お砂場のバケツを持って一生懸命に追いかけて捕まえたときに『みてー！』と見せる時の表情はとても輝いています。つるつるお山やジャングルジムにもどンドン上へ上へと登れるようになり喜んでいきます。約束事やルールもひとつずつ覚えて安全に楽しく遊んでいきたいです。



♪ 5月のうた ♪

- 全園児のうた…「こいのぼり」
- ひまわり組…「みどりのマーチ」
- すみれ組…「さんぽ」
- さくら組…「いぬのおまわりさん」
- たんぼぼ組…「むすんでひらいて」
- つくし・めばえ組…「いっぽんばしこちょこちょ」



ひまわり組・すみれ組「春のおさんぽ」
進級して初めてののおさんぽにお出かけ。あちこちの桜が満開
ぽかぽか陽気の気持ちのよい1日でした。