

あっという間に春が過ぎ、汗ばむ季節になりました。きらきら園、のびのび園の子どもたちは通園のリズムができてきた頃だと思います。先生たちと遊ぶ元気な声が園庭や保育室から聞こえ、子どもたちの笑顔に私たちも笑顔になり嬉しく思います。子どもたちはわかる！できる！知ってる！と思えることが大好きです。通園の繰り返しの活動の中で、わかることを増やし、ひとり一人の好きな遊びや好きな人を増やしていきましょう。また好きなことがあることで自信を持つことができるが増えます。今月は個別面談もありますので、園でのお子さんの様子を知っていただき、お家での様子と合わせて、遊びや生活についての支援について話し合っていきたいと思えます。わからないことや心配なことがあれば遠慮なくお伝えください。

季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。衣服の調整や水分を十分にとる等の健康管理、手洗いや消毒等を引き続き行いながら元気に通園をして、たくさん遊んで夏に向かって体力をつけましょう！

園長 増山 暁

🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 **<6月の月間予定>** 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

<p>のびのび園 (くま・うさぎ・こあら・きりん ぞう・りす)</p>	<p>のびのび園 (ぱんだ・らいおん・ぺんぎん)</p>	<p>きらきら園 (ひよこ・はと)</p>
<p>3日(月) 学習会「先輩保護者の話」 10日(月) クラス懇談・保護者会 学習会「福祉制度」(年長) 14日(金) 避難訓練 17日(月) 前期目標面談 (くま・こあら・りす) 27日(木) Pすてっぴ・ぶち① 30日(日) 日曜参観(代休:7/1(月))</p>	<p>10日(月) 保護者会 14日(金) 避難訓練 30日(日) 日曜参観(代休:7/1(月))</p> 	<p>10日(月) 学習会『福祉制度について』 (ひよこA) 11日(火) // (ひよこB) 14日(金) 避難訓練 18日(火) 学習会『食事』 (はとA①・C) 20日(木) 前期目標面談 (ひよこA・はとA①・C) 25日(火) 前期目標面談 (ひよこB・はとA②・B)</p>



《毎年6月は「食育月間」です》

バランスのよい食事について日頃の食生活を見直してみよう

★主食・主菜・副菜をそろえて食べよう

主食・主菜・副菜がそろった食事は、栄養バランスが整いやすいので、日頃から意識していろいろな味を楽しみながら食事をしましょう。



★バランスは1日単位で考えよう

1食だけで栄養バランスを整えるのは難しいもの。あまり神経質にならずに1日単位で全体のバランス(使用食材や味付け等)を考えよう。

★外食・中食での選び方のポイント

外食の場合は、セットメニューや定食を選ぶとバランスがよくなります。中食(惣菜などを買って食べる)の場合は、商品の表示を見ながら、使用食材や味付けに重なりがないかを確認して選ぶとよいでしょう。