



ももやまだより6月号

NO. 98



先日の親子遠足では、青い空と緑の山々に囲まれ、親子でお弁当を食べたり、大きな公園でお友だちと遊んだりして、みんないい笑顔でしたね。また、職員も保護者の皆様とお話ができとても貴重な時間になりました。お忙しい中ご参加いただき、どうもありがとうございました。

あかぐみ

晴れた日には、立ち乗りバギーやベビーカーに乗ってお散歩や園庭遊びを楽しんだあかぐみさん。気になる物に手を伸ばしたり、ハイハイやつかまり立ち、伝い歩きなどをして個々の活動範囲が広がってきました♪生活や遊びの中で、日増しに成長が感じられ嬉しく思っています。これから暑くなってくるので、水分補給や休息をとりながら、夏らしい遊びを保育者や友だちと一緒に楽しんでいきたいと思ひます😊



ももぐみ

園庭でボールを追いかけたりきぐみ、あかぐみさんとかかわりながら遊んだり、散歩に出かけて虫や草花などを見つけたりしながらたくさん自然に触れて遊んでいます😊全員が歩けるようになり、活動範囲もどんどん広がって遊びが楽しくなってきました。たくさん刺激を受けて「楽しい♪」を見つけています。雨が多くなりお部屋での活動が増えますが、怪我や体調管理に気を付けながら夏ならではの遊びを楽しんでいきたいと思ひます。



きぐみ

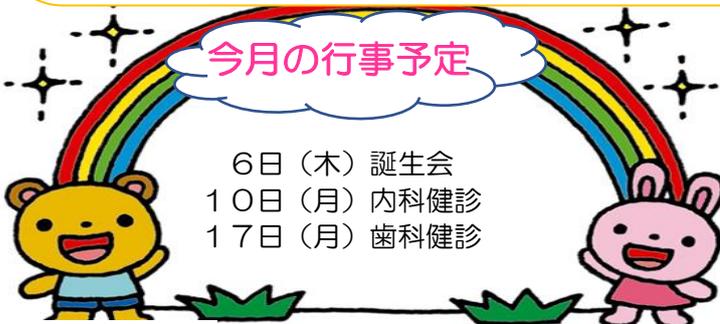
髪を切る玩具のハサミがあり、いつも上手に友達や保育者の髪を切ったりクシでといたりドライヤーでセットをしてくれるきぐみさん✂️ハサミを開いたり閉じたり動作が上手だったので、実際にハサミを使って制作してみました。折り紙を細長く切っておき、一回で切れるようにすると、どの子も真剣な表情で取り組み、切ることが楽しかったようで長い時間黙々と集中していましたよ。またハサミを使って制作していこうね！さらに、5月には野菜の苗を植え、今は毎日水やりも頑張っています。お時間がある時に親子で畑を覗いてみてくださいね♪



今月の行事予定

- 6日(木) 誕生会
- 10日(月) 内科健診
- 17日(月) 歯科健診

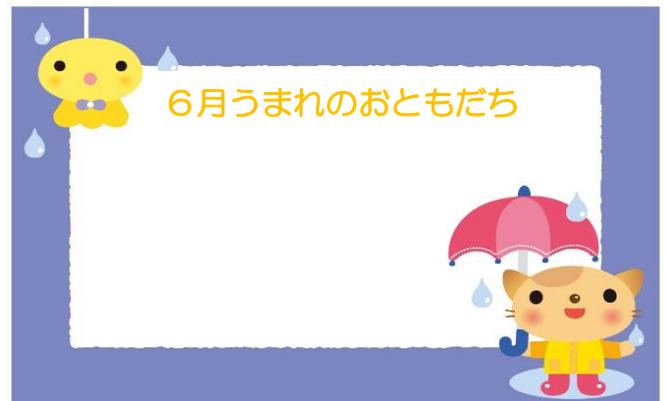
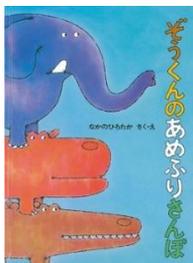
歯科健診ではフッ素を塗ってもらう予定です。フッ素塗布を控えたい方は担任までお知らせください。
又、歯科健診、内科健診共に欠席されますと後日各自で病院受診して頂くことになります。



今月のおすすめ絵本

「ぞうくんのあめふりさんぽ」

今日は雨降り。それでもぞうくんはごきげん。かばくんと一緒にお池の中を散歩します。ところがお池は深くなって、泳げないぞうくんは困ってしまいます。ほのぼの、ほんわかおっとりしたぞうくんと一緒にのんびり散歩している気分が進んでいくのが気持ちいい絵本です。





ほけんだより



赤ちゃんには7～8か月のころに、かわいらしい前歯が生えてきます。その後3歳ごろまでに20本の乳歯が生えてきます。乳歯は、やわらかく虫歯になりやすいため、しっかり守ってあげましょう。

歯みがきの効果アップ!

歯ブラシ・歯みがき粉の選び方

フッ素を含む歯みがき粉の使用方法			
年齢	タイプ	使用量	含まれるフッ素濃度
歯の生え 始め～2歳	ジェル状 泡状	子ども用歯ブラシの 1/3 1日1回（仕上げみ がきで使用） うがいなし	500ppm（ジェル状） 1000ppm（泡状） ※500ppm未満のものは 効果が期待できない。
3～5歳	ペースト状	子ども用歯ブラシの 2/3 1日2回程度（うが いしすぎない） 歯をみがいた後、30 分は飲食を控える	1000ppm

使用する場合は、種類や成分をよく見て、使いすぎに注意しましょう。



歯ブラシと歯みがき粉

- ・年齢に合ったものを使う
- ・歯みがき粉は必ずしも必要ありません

歯みがき粉の種類

一般的なのはペーストタイプですが、ぶくぶくうがいや吐き出しができない1～3歳の子どもは、ジェル状・泡状・液状などがよいでしょう。

歯みがき粉の成分

フッ素（フッ化物・フッ化ナトリウムなど）を含む歯みがき粉は、虫歯を予防する効果が期待できますが、フッ素のとりすぎを防ぐため、使用量を守りましょう。研磨成分（炭酸カルシウムや無水ケイ酸など）は、やわらかい乳歯には強すぎるので避けたほうがよいでしょう。



給食だより



雨が多く蒸し暑い日が増えてきました。気温や湿度が高くなり食欲もダウンしがちです。晴れ間には外でしっかりと体を動かしお腹を空かせ、できるだけバランスの良い食事を食べて元気な体作りをしていきましょう。



今月のおススメ食材



【枝豆】

枝豆は豆類と野菜類の両方の栄養的特徴をもった緑黄色野菜です。疲労効果作用の高いとされるオルニチンが高く、大豆にはないビタミン・ミネラル、ほうれん草や小松菜よりも多くの鉄が豊富に含まれており、夏バテ防止などにも効果があります。



【枝豆ごはん】

- 米…2合 むぎ枝豆…50g 人参…1/2本(千切り)
しらす干し…30g 食塩…4.5g みりん…20g
濃口醤油…10g 砂糖…3g

～作り方～

- ① 米を洗い調味料をすべて入れ、規定量の水を入れよく混ぜる。
- ② 枝豆・人参・しらす干しを乗せ炊飯。(米と混ぜない。)

食中毒に注意しましょう!

じめじめし気温の高い梅雨の時期は、細菌の繁殖に適した条件が整い、食中毒が増える季節です。食中毒菌の多くは十分な加熱で死滅します。その為、お家でもしっかりと火を通した調理を心がけましょう。また、手洗いは食中毒予防の基本となります。トイレの後や食事の前には、石鹸で手洗いをかかさず行うようにしましょう。



社会福祉法人 浩福会 桃山保育所
〒763-0091 丸亀市川西町北 998-1
☎ 0877-35-7068
FAX 0877-35-7066

都合により「献立」や「おやつ」が変更になることがありますので、ご了承下さい