

# 翔通信 6月号

2023年6月1日発行 泉第2チェリーこども園

先日は、はと組・きじ組・つる組の親子遠足にご参加頂きありがとうございました。バスのワイパーが動き出した時は、少し不安になりましたが、皆の願いが空に届き、なんとか天気が持ってよかったです。保護者の皆様のご協力のもと、大きな怪我もなく、楽しい時間を過ごせたことを嬉しく思います。久しぶりの遠足に職員も心が弾みました。お世話様でした。

これからは、梅雨の季節に入りますね。ジメジメして洗濯物が乾かなかったり、通勤に時間がかかったりと、嫌な時期ですが、梅雨ならではの経験を楽しんでいけるようにしていきたいと思います。

寒暖差のある日も少なくありません。子ども達が快適に過ごせるよう工夫してまいりたいと思います。



## みずあそびはじまります

梅雨の晴れ間は、夏本番のように暑くなります。6月16日(金)には、子どもたちが楽しみにしているプール開きがあります。水遊びセットの用意をお願いします。クラスごと、準備物、保管方法が異なりますので、クラス掲示をご覧ください。元気に楽しく遊ぶためにも、規則正しい生活を心がけましょう。



- 早寝・早起きをする
- 朝ごはんをしっかり食べる
- 排便を済ませる

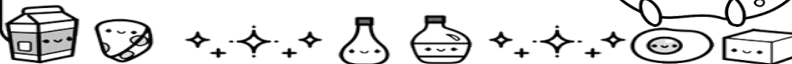


## お知らせ・お願い

- 懇談会は13:30~15:00を予定しています。その後、お子さんのおやつを食べているところをご覧頂き、食べ終えたら解散となります。
- 6月19日~7月7日まで青葉学院短期大学生が教育実習に来ます。宜しくお願いします。
- 各クラスの掲示板やホワイトボードは毎日確認するようお願いします。
- 登降園時は必ずネームプレートを見せて下さい。忘れた方はクラス名とお子さんの名前を言って下さい。安全管理にご協力をお願いします。

## 子どもに必要な栄養素

**脂質**  
脂質は3大栄養素のひとつで、体を動かすためのエネルギーになります。とり過ぎは子どもにも大人にもよくありませんが、魚の脂にはDHAやEPAなどとりたい脂肪酸もありますので、肉だけではなく魚を摂取する、オリーブ油などの植物油を使うなど、とり方に工夫が必要だそうです。



6月の予定		
1	木	体育教室(はと・きじ) 懇談会 13:30~(はと)
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	サッカー教室(つる・はと) 懇談会 13:30~(つる)
7	水	
8	木	
9	金	音楽教室(きじ) 懇談会 13:30~(きじ)
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	懇談会 13:30~(うぐいす)
15	木	懇談会 13:30~(つばめ)
16	金	プール開き
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	クッキング保育(つる)
21	水	避難訓練
22	木	誕生会
23	金	クッキング保育(はと)
24	土	
25	日	
26	月	クッキング保育(きじ)
27	火	
28	水	
29	木	
30	金	

### 7月の予定

・21日(金) 15:00~  
親子参加の夏祭りを予定  
しています。  
お楽しみに。

## 虫歯は食べ方で防ぐ!?

先月は歯科健診がありましたね。「甘いものを食べると虫歯になる」とよく言われますが、じつは、問題なのは「食べ方」のようです。食べ方を見直して、虫歯を防ぎましょう。

### こんな食べ方が虫歯のもとに

#### だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れたままになるお菓子も要注意です。

#### やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにし歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないで、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

### 虫歯を防ぐ食べ方に変えよう!

#### おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。

#### よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。

