



# 5月園だより

鳴子清涼保育園



新緑がまぶしい季節になり、子どもたちも園での生活に少しずつ慣れてきました。好きな遊びを見つけたり、友だちとの関わりが増えたりと、毎日の中でかわいい成長が見られています。

5月も、戸外でのびのびと体を動かしながら、一人ひとりの「やってみたい」という気持ちを大切にしていきたいと思います。

1	金		16	土	紫陽花組保育参観・給食試食会
2	土		17	日	
3	日	憲法記念日	18	月	英語で遊ぼう 歯科指導（紫陽花）
4	月	みどりの日	19	火	遠足ごっこ（幼児）
5	火	こどもの日	20	水	英語教室（堇・幼）
6	水	振替休日	21	木	キッズエンジニア （紫陽花）
7	木	体育教室（幼）	22	金	絵画教室（幼児）
8	金	絵画教室（幼）	23	土	
9	土		24	日	
10	日		25	月	避難訓練 個人懇談（幼児）
11	月	英語で遊ぼう 個人懇談（乳児）	26	火	防犯訓練（堇～幼児）
12	火		27	水	誕生会・安全生活指導 英語教室（堇・幼児）
13	水	英語教室（堇・幼）	28	木	歯科検診（AM）
14	木	体育教室（堇・幼）	29	金	絵画教室（幼児）
15	金	絵画教室（幼）	30	土	
			31	日	

## お願い

- ・乳児組のお子様はお迎え時間をきつずノートにご記入ください。
- ・持ち物（制服等）には必ず記名をしてください。

## 今月のねらい

### たんぽぽ組

- ・園での生活に慣れ、保育士の側で安心して過ごす。
- ・興味を持った玩具で遊んだり、保育士と関わったりしながら、安心して過ごす。

### 桃組

- ・生活リズムを整えながら、園での生活に慣れる
- ・戸外で春の自然を感じながら遊ぶ

### 堇組

- ・簡単な身の回りのことを保育士に手伝ってもらいながら、自分でやってみようとする。
- ・自分の好きな遊びを楽しんだり、友達との遊びにも興味を示し関わって遊ぼうとする。

### 桜組

- ・生活の仕方がわかり、身の回りのことを少しずつ自分でしようとする。
- ・体を存分に動かしながら、簡単なルールのある遊びを保育士や友達と一緒に遊ぶ。

### 向日葵組

- ・生活の流れを理解し、自ら行おうとする。
- ・ルールのある遊びやごっこ遊びの中で、友達と会話をしながら進めて行く。

### 紫陽花組

- ・友達と気持ちよく過ごすためにルールや約束を守って過ごす。
- ・友達と相談し合いながら遊びを発展していく。

## お知らせ

- ・5月11日～5月22日乳児組・5月25日～6月5日幼児組の個人懇談があります。詳細は先日 お配りしたお手紙をご覧ください。
- ・5月16日に紫陽花組の保育参観・給食試食会を行います。詳細は4月16日のきつずノートのお知らせをご覧ください。
- ・5月18日紫陽花組は保健師さんにより歯科指導があります。
- ・5月19日幼児組は遠足ごっこを行います。お弁当は園で提供させていただきます。
- ・5月21日 キッズエンジニア体験を紫陽花組の子どもたちが行います。
- ・5月28日歯科検診があります。欠席をされますと「うえのだ歯科（園医）」に直接お連れいただき健診を受けていただくこととなります。

## 来月の予定

- ・6月2日クラス写真を撮ります。
- ・6月3日向日葵組が緑消防署に出かけます。
- ・6月11日内科検診があります。欠席をされますと「あおやま胃腸内科外科（園医）」までお連れいただき直接健診をしていただくこととなります。
- ・6月27日向日葵組保育参観・給食試食会があります。

## 今月の歌

- ・あたまかたひざポン
- ・しゃぼんだま



# 5月ほけんだより

## 鳴子清涼保育園

風薫る爽やかな季節がやってきました。過ごしやすい日が多いのですが、日中は気温が高くなり汗も沢山かくのでハンカチや着替えの用意をしておきましょう。元気に遊んだら家では十分な休息をとることが大切です。

### 5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もいやになります。大人でいう五月病に似ていますね。

#### 5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・ のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・ たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・ 睡眠時間をしっかりとる
- ・ 3食しっかり食べる



### 若木骨折 (わかぎこっせつ)



普通、骨折といえばポキッと折れるか、ヒビが入るイメージがありますが、こどもの骨は柔らかく弾力性があるので、葉のついた若い木の枝のようにぐにやりと曲がってしまうことがあります。これを若木骨折といいます。若木骨折の初期はレントゲンでわかりにくく、医師でも判別がつかないことがあります。打撲だと思っていたのにあまりに痛みが続くので再度レントゲンを撮ると、実は若木骨折だったとわかることがあります。注意が必要です。

### 水痘（水ぼうそう）

水痘は、水痘・帯状疱疹ウイルスによる感染力の強いウイルス性疾患です。発熱と全身の痒い水ぶくれが特徴です。ワクチンで予防もしくは重症化を防ぐことができます。（2014年より定期接種）

また、発症後48時間以内の抗ウイルス薬投与も軽症化に効果的です。9歳以下の子どもがかかりやすいのですが、成人がかかると重症化しやすく、特に妊婦の初感染は流産・胎児への悪影響のリスクがあります。潜伏期間が10～21日と長く、突然の発熱・倦怠感の後1～2日で赤い虫刺されのようなぽつぽつができ、それが数日で水ぶくれになり最後はかさぶたになります。頭皮・顔→体幹→手足の順にできることが多く、痒みを伴います。非常に感染力が強く同じ部屋にいただけでも感染することがあるので、登園できるのはすべての水ぶくれがかさぶたになってからです。



## 令和8年度 5月給食献立表(幼児食)



日	曜	昼食	昼食の材料	おやつ	おやつ材料
1 ・ 13	金 ・ 水	ごはん 鰻の竜田焼き えんどう豆とじゃが芋の塩昆布和え	精白米 鰻 生姜 醤油 料理酒 片栗粉 調合油 じゃが芋 人参 コーン缶詰 えんどう豆 塩昆布	あんトースト 牛乳	食パン こしあん 無塩バター 牛乳
2 ・ 23	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	干し中華麺 ぶたもも肉 人参 りょくとうもやし キャベツ きくらげ かつお昆布出汁 鶏がらだし 醤油 料理酒 ごま油 ごま入り味付けいりこ バナナ	ソフトあられ 牛乳	ソフトあられ 牛乳
7	木	ごはん 鯖の香味焼き 高野豆腐の含め煮	精白米 鯖 生姜 にんにく 醤油 料理酒 ごま油 高野豆腐 人参 鞘隠元 干し椎茸 出汁 醤油 味醂 三温糖	黄粉トースト 牛乳	食パン 黄粉 三温糖 塩 豆乳 牛乳
8 ・ 22	金	ロールパン 鶏肉と春野菜のクリーム煮 ヨーグルト	ロールパン 鶏むね肉 じゃが芋 玉葱 キャベツ 人参 アスパラガス コーン缶詰粒 クリームシチューのルー 牛乳 カルシウムヨーグルト	せんべい バナナ 牛乳	せんべい バナナ 牛乳
9 ・ 30	土	じゃこ炒飯 若布スープ	精白米 しらす干し 人参 ぶなしめじ 小松菜 醤油 カット若布 木綿豆腐 青梗菜 人参 コーン缶詰 出汁 鶏がらだし 塩	ソフトせんべい 牛乳	ソフトせんべい 牛乳
11 ・ 25	月	牛蒡鶏飯 スナック豌豆のじゃこサラダ	精白米 鶏むね肉 牛蒡 人参 鞘隠元 ぶなしめじ 醤油 みりん 調合油 スナック豌豆 人参 キャベツ しらす干し 調合油 醤油 穀物酢	フルーツポンチ 牛乳	みかん缶詰 もも缶詰 パインアップル缶詰 バナナ 牛乳
12 ・ 26	火	ごはん 豚肉と筍の炒め煮 アスパラのおかか和え	精白米 豚もも肉 たけのこ水煮 キャベツ 人参 スナック豌豆 醤油 三温糖 料理酒 調合油 アスパラガス りょくとうもやし 人参 醤油 鰹節	バイクドポテト 牛乳	じゃが芋 ピザ用チーズ 牛乳
14 ・ 29	木 ・ 金	食パン じゃが芋のカレーソテー ヨーグルト	食パン 豚挽肉 じゃが芋 玉葱 人参 ぶなしめじ アスパラガス 調合油 塩 カレー粉 カルシウムヨーグルト	ビスケット バナナ 牛乳	ミレービスケット バナナ 牛乳
15 ・ 28	金 ・ 木	ごはん 厚揚げの土佐煮 小松菜の胡麻マヨ和え	精白米 厚揚げ 鶏むね肉 ごぼう たけのこ水煮 人参 スナック豌豆 かつお出汁 醤油 鰹節 小松菜 りょくとうもやし 人参 ぶなしめじ 醤油 すりごま マヨネーズ	カルピス寒天 牛乳	カルピス 粉寒天 みかん缶詰 パインアップル缶詰 牛乳
16 ・ 21	土 ・ 木	ごはん 蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌かけ 切干大根の納豆和え	精白米 鶏むね肉 じゃが芋 キャベツ スナック豌豆 赤ピーマン 合わせ味噌 三温糖 すりごま 片栗粉 切干大根 挽きわり納豆 アスパラガス 醤油 鰹節	16日:ソフトせんべい 21日:マカロニココア 牛乳	ソフトせんべい マカロニ 黄粉 三温糖 塩 ココア 牛乳
18	月	ラーメン 豆苗ともやしのナムル	蒸し中華麺 豚もも 鶏むね ウインナー 人参 キャベツ 根深ねぎ コーン缶詰 出汁 鶏がら 醤油 料理酒 ごま油 合わせ味噌 塩 豆苗 りょくとうもやし 人参 穀物酢 醤油 ごま油 いりごま	黄粉トースト 牛乳	食パン 黄粉 三温糖 塩 豆乳 牛乳
19	火	以上児:鳴子特製弁当 未満児:ごはん 唐揚げ 和風スパゲティサラダ	内容:おにぎり 唐揚げ 和風スパゲティサラダ バナナ 精白米 鶏もも肉 醤油 にんにく 片栗粉 調合油 スパゲティ キャベツ 胡瓜 人参 まぐろ水煮缶詰 醤油 穀物酢 三温糖 オリーブ油	レーズン蒸しパン 牛乳	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 三温糖 調合油 普通牛乳 レーズン 牛乳
20	水	ごはん 炒り豆腐 豆苗ともやしのナムル	精白米 木綿豆腐 鶏むね肉 玉葱 人参 鞘隠元 干し椎茸 調合油 醤油 みりん 三温糖 豆苗 りょくとうもやし 人参 穀物酢 醤油 ごま油 いりごま	じゃこごはんピザ 牛乳	精白米 しらす干し ピザ用チーズ 刻み海苔 牛乳
27	水	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ	精白米 鶏もも肉 ヨーグルト カレー粉 醤油 じゃが芋 人参 アスパラガス まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ	誕生会ケーキ 牛乳	ロールケーキ ホイップ メロン 牛乳