



5月 園だより

依佐美清涼保育園



新年度が始まり、あっという間に1か月が経ちました。少しずつ新しい環境に慣れ、子どもたちの笑顔も増えたように感じます。

5月に入り、外で体を動かすのに気持ちの良い季節となってきました。天気の良い日はテラスや園庭に出て、体を動かして元気よく遊びたいと思います。また緊張もほぐれ、疲れが出やすい時期なので、十分体調に注意しながら今月も楽しんで過ごしていきたいと思います！

1	月	絵画教室
2	火	
3	水	憲法記念日
4	木	みどりの日
5	金	こどもの日
6	土	
7	日	
8	月	絵画教室
9	火	安全生活指導
10	水	英語教室
11	木	
12	金	体育教室（薔薇組も）
13	土	
14	日	
15	月	絵画教室



16	火	避難訓練
17	水	英語教室
18	木	
19	金	体育教室
20	土	
21	日	
22	月	絵画教室
23	火	刈谷市カウンセラー来園
24	水	
25	木	誕生会
26	金	体育教室（薔薇組も）
27	土	薔薇組保育参観と試食会
28	日	
29	月	絵画教室
30	火	
31	水	英語教室

李組

- ・新しい環境に慣れ、機嫌よく過ごす。
- ・身近な保育士とのスキンシップを喜びながら、玩具に興味や好奇心をもつ。

【今月のねらい】

桃組

- ・園生活のリズムに慣れ、安心感を持って過ごす。
- ・身近な保育士との触れ合いを喜びながら、興味を持った玩具で遊ぶことを楽しむ。

薔薇組

- ・生活リズムを整えながら、好きな保育士のもとで安心して過ごす。
- ・自分の好きな遊びを見つけて、保育士や友達と一緒に楽しむ。

桜組

- ・好きな友達や保育士と関わりながら楽しく過ごす。
- ・友達と同じ空間で遊ぶ中で会話を楽しむ。

向日葵組

- ・生活の仕方が分かり、友達と声を掛け合いながら進んで行く。
- ・戸外でのびのびと体を動かし、やりたい遊びを十分に楽しむ。

紫陽花組

- ・生活の仕方を知り、身の回りのことを自分から進んで行おうとする。
- ・気の合う友達と、言葉で伝えあいながら一緒に遊ぶ楽しさを味わう。

【乳児クラス】 【園からのお願い】

- ・その日の気温に合わせた服装での登園をお願いします。
- 【幼児クラス】
- ・気温が上がる日が増えてきました。午前中で水筒のお茶がなくなってしまうお子様も見られますので、多めに入れていただきますようお願いします。
- 【全クラス】
- ・事故・怪我防止の為に、さようならの挨拶後は園庭やピロティで遊ばずに速やかにお帰りください。



今月の歌

♪めだかの学校
♪おつかいありさん

元気に歌おうね！



令和5年度
依佐美清涼保育園

新年度が始まって1カ月。少しずつ新しい生活にも慣れてきた一方で、疲れが出始める頃でもありますね。お子様も保護者の皆様もゆっくり過ごす時間を意識してみてください。

生活リズムを作しましょう！

早寝・早起きをする

決まった時間に起きることができるようにしっかりと睡眠をとしましょう。
カーテンを開けて、太陽の光を浴びることで脳が活発に働きます。



規則正しく食事を摂る

1日3回の食事を摂るようにしましょう。朝ごはんは1日の始めに身体を起こす重要な役割をします。決まった時間に食事をすると生活リズムが整います。

活動的に過ごす

しっかり睡眠をとることができるように、日中は体を動かしましょう。また外で活動する場合はしっかりと水分補給をしてください



給食室からのお願い



アレルギーの原因となりやすい以下の食材について、園で初めて口にするという事がないよう、なるべく献立実施までにご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願い致します。除去を希望する食材がございましたら、担任までお申し出ください。

リンゴ・バナナ・サケ・サバ・貝類・メロン・ゴマ・タケノコ

(今月は、**タケノコ・メロン**が登場予定です！)

4月の食育活動

- ・お花見会(紫陽花組)
- ・はてなボックス～空豆～(紫陽花組)
- ・フルーチェパーティー(薔薇組&向日葵組)
- ・野菜のいのち(紫陽花組)
- ・玉ねぎのホイル焼き作り(向日葵組)
- ・おにぎりピクニック(桜組)
- ・空豆の鞘取り(薔薇組)



旬の野菜を触ったり、匂いを嗅いだり、じっくり観察することで子ども達から表現力豊かな意見がたくさん飛び出し、とても楽しい活動になりました。「苦手だけど食べられたよ!」というカッコいい姿がたくさん見られました。食べ慣れない野菜も活動を通して、興味を持ち身近に感じることで、1口食べてみようという気持ちが芽生えたようですね。



今月のおすすめレシピ

えんどう豆と
新じゃがのサラダ

〈材料〉大人2人子ども2人分

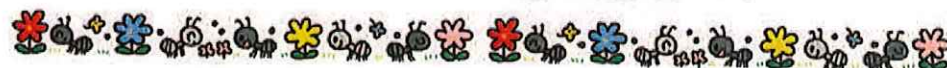
えんどう豆	70g
じゃが芋	140g
にんじん	70g
キャベツ	130g
ツナ	25g
醤油	7g
酢	7g

〈作り方〉

1. じゃが芋は1.3cm大のさいの目切り、人参は3mm厚さのいちよう切り、キャベツは1.5cm大の色紙切りにし、茹でておく。
2. えんどう豆は鞘から豆を出し、色よく茹でる。
3. ツナと調味料を合わせ、すべての材料を和えたら出来上がり！

今月の予定

5月25日(木) 誕生会特別食
5月27日(土) 薔薇組試食会



2023年度 5月給食献立表

日	曜	昼食	昼食の材料	日	曜	おやつ	おやつ材料
1	月	ごはん 鰯の竜田焼き	精白米 鰯 しょうが 醤油 料理酒 片栗粉 調合油	1	月	ルヴァン みかん	ルヴァンクラッカー みかん缶詰
16	火	ひじきサラダ スパゲッティミートソース	ひじき キャベツ にんじん スナックえんどう まぐろ水煮缶詰 コーン缶詰粒 醤油 穀物酢 スパゲッティ ミートソース缶詰 コーン缶詰粒 グリンピース	2	火	ベイクドポテト	じゃがいも プロセスチーズ
2	火	アスパラサラダ	アスパラガス にんじん キャベツ すりごま 穀物酢 三温糖 しょうゆ	19	金	牛乳	普通牛乳
6	土	じゃこ炒飯	精白米 しらす干し 小松菜 にんじん ぶなしめじ 醤油	6	土	ジャムサンド	食パン いちごジャム
20	土	若布スープ	若布 木綿豆腐 青梗菜 にんじん コーン缶詰粒 かつお昆布出汁 鶏がら出汁 食塩	20	土	牛乳	普通牛乳
8	月	ごはん 炒り豆腐	精白米 木綿豆腐 鶏むね肉 たまねぎ にんじん 精塩元 干しいたけ 醤油 みりん 三温糖	8	月	マカロニ黄粉	マカロニ きな粉 三温糖 食塩
22	月	キャベツと若布のサラダ	キャベツ 若布 コーン缶詰粒 醤油 ごま油 穀物酢 いりごま	22	月	牛乳	普通牛乳
9	火	鶏牛丼	精白米 鶏むね肉 牛丼 にんじん ぶなしめじ 精塩元 醤油 みりん	9	火	バインケーキ	薄力粉 ベーキングパウダー 鶏卵 普通牛乳 調合油 三温糖 バイナッフル缶詰
23	火	えんどう豆のツナ和え	えんどう豆 にんじん キャベツ まぐろ水煮缶詰 醤油	23	火	牛乳	普通牛乳
10	水	ごはん 蒸し鶏と春野菜の胡麻味噌かけ	精白米 鶏むね肉 じゃがいも キャベツ スナックえんどう 赤ピーマン 合わせ味噌 三温糖 すりごま 片栗粉	10	水	マヨコーントースト	食パン コーンクリーム缶詰 マヨネーズ
27	土	切干大根の納豆和え	切干大根 納豆 アスパラガス かつお節	11	木	スナックパン	スナックパン
11	木	ごはん 鯖の香味焼き	精白米 鯖 しょうが にんにく 醤油 料理酒	11	木	牛乳	普通牛乳
26	金	切干大根の煮物	切干大根 にんじん 干しいたけ 油揚げ さやいんげん かつお出汁 醤油 みりん	26	金	せんべい	せんべい
12	金	ロールパン	ロールパン	12	金	バナナ	バナナ
24	水	鶏肉のカレーソーテー ヨーグルト	鶏むね肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ぶなしめじ 青ピーマン 食塩 カレー粉 ヨーグルト	24	水	牛乳	普通牛乳
13	土	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	中華めん 豚もも肉 にんじん りょくとうもやし 青梗菜 干しいたけ かつお昆布出汁 鶏がら出汁 醤油 料理酒 ごま入り味噌付けいりこ バナナ	13	土	ココアサンド	食パン 純ココア 普通牛乳 三温糖 コーンスターチ
15	月	ごはん 厚揚げの土佐煮	精白米 厚揚げ 鶏むね肉 ごぼう たけのこ水煮 にんじん スナックえんどう かつお出汁 醤油 穀物酢	15	月	フルーツポンチ	みかん缶詰 もも缶詰 バインアップル缶詰 バナナ
29	月	小松菜の胡麻和え	小松菜 りょくとうもやし にんじん ぶなしめじ 醤油 すりごま	29	月	牛乳	普通牛乳
17	水	食パン ナポリタンポテト	食パン ウインナーソーセージ じゃがいも にんじん たまねぎ 青ピーマン トマト缶詰 ケチャップ ウスターソース	17	水	ビスケット	ビスケット
31	水	ヨーグルト	ヨーグルト	31	水	バナナ	バナナ
18	木	ドライ豆カレー	精白米 合挽肉 たまねぎ にんじん 青ピーマン 大豆水煮缶詰 カレー粉 ウスターソース 醤油	18	木	牛乳	普通牛乳
30	火	えんどう豆と新じゃがのサラダ	えんどう豆 じゃがいも にんじん キャベツ まぐろ水煮缶詰 醤油 穀物酢	30	火	牛乳	普通牛乳
19	金	ごはん 豚肉と筍の炒め煮	精白米 豚もも肉 たけのこ水煮 キャベツ にんじん スナックえんどう 醤油 三温糖 料理酒	19	金	胡麻だれ五平餅	精白米 もち米 すりごま 三温糖 しょうゆ 片栗粉
25	木	アスパラの白和え ごはん タンダーチキン ポテトサラダ	アスパラガス にんじん 油揚げ しらす干し ひじき 絹ごし豆腐 すりごま 食塩 三温糖 しょうゆ 精白米 鶏もも肉 ヨーグルト カレー粉 しょうゆ じゃがいも アスパラガス にんじん まぐろ水煮缶詰 マヨネーズ	25	木	福生会ケーキ	カステラ ホイップ メロン
						牛乳	普通牛乳



保健だより 5月



依佐美清涼保育園

入園・進級から一か月が経ち、新しい生活にも少しずつ慣れてきました。過ごしやすいこの時期、お散歩に出かけたり園庭で遊んだり外での活動が多くなります。怪我や事故の無いように注意していききたいと思います。



子どもにも五月病ってあるの？

五月病とはゴールデンウィーク明け頃に見られる一過性の心の病気で、発症年齢は18歳頃からです。ネガティブな思考になる・頭痛や腹痛、などの心身の不調が現れます。

子どもの場合は五月病とは言いません。子ども達は春先だけでなく、通年、環境や人間関係で悩んでいます。特に環境が大きく変わる新年度は、新しいクラスになじめない・新しく友だち関係が築けない、などで悩むことが多いようです。最近の子どもたちは「ひとりぼっち」を過剰に怖がる傾向があるようです。

- ・朝なかなか布団から出られない
- ・食欲がない
- ・イライラしやすい
- ・泣くことが多くなった
- ・眠れない
- ・頻尿、お漏らしをする
- ・腹痛や頭痛などの体調不良を訴える
- ・体調不良を理由に早退する



このようなサインを出してきたら注意が必要です。子どもの話をゆっくり聞く時間を作りましょう。また、子どもの環境を心配しすぎて、親が五月病になってしまうこともあります。子どものメンタルヘルスは、親の心の状態と大きく関係します。ママ・パパの心がおだやかで、見守ってくれているという安心感があると、子どもの心も安定します。



毎月半ば頃に、各クラスで身体測定をしています。乳児クラスは身長・体重の記録（白色の紙）に、幼児クラスはシール帳に記載しているので参考にしてください。



薬の使用について

- ・症状があり受診する
- ・医師が薬を処方する
- ・薬連絡票に医師の記載がある

この条件を満たしていないものはお受けできません。薬連絡票は玄関横の引き出しにあります。病院にはおいてありませんのでご注意ください。

