



5月 ほけんだより

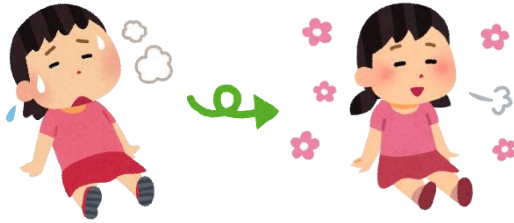
2024年度 健生



5月が始まりました。多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。一方、連休が増えて生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないよう注意してください。

5月の子ども不安な気持ち

4月からの環境の変化などにより疲れがたまりやすい5月。子どもたちの気持ちも不安になりがちな季節です。連休明けは、しばらくの間ゆっくりした、生活のリズムを送っていきます。不安なことがある場合は、家庭との連携を取っていきますので、相談してください。



虫歯予防していきましょう。

※6月に歯科検診があります。



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げ磨きを行ない虫歯予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりと噛んで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで虫歯を防いでくれる役割があります。



5月 給食だより

2024年度 健生



5月5日は子どもの日で「端午の節句」と言われます。もともとは中国から伝わった五節句のひとつで、日本では柏餅やちまきを食べる習慣があります。古くから草の香りには邪気を払う力があるという思想があり、餅を柏の葉に巻いて食べる柏餅や日本ハーブと呼ばれるよもぎを練りこんだよもぎ餅があります。園では、ほうれん草を練りこんで、よもぎ餅(草餅)にみたくて提供します。

※5月10日(金)5歳児のみ園外学習のため、給食は惣菜パン、バナナ、オレンジジュースとなります。

楽しくておいしい給食に



日頃より、子どもたちが元気に健康に大きくなるために栄養価や身体と心の育みを考えて献立作りをしています。給食職員は、給食時間を楽しく過ごせるように家庭や保育職員と密に連携を取りながら給食提供を心がけています。

《大切にしていること》

- ① 良質で安全な食材を選択する
- ② できるだけ手作りのものを提供する
- ③ うす味で、素材そのもののおいしさを体験できる調理を行う
- ④ 食材、味、組み合わせなど新しい食体験を広げていく
- ⑤ 季節の行事、旬を意識した献立づくりを心がける

