



6月の園だより

令和5年6月1日

例年になく早い梅雨入りとなりました。雨の日が増え、天気が不安定な日など、室内での活動が多くなると思いますが、子ども達の興味・関心に合わせた活動を充実して行きたいと思っています。

また、この時期は日中は暑かったり、夜は肌寒さを感じる日もあったりするなど体調を崩しやすいです。お子様の体調の変化には十分に気を付けていきたいですね。

【お知らせ】

6月7日(水) 14時～歯科検診
 6月9日(金) 14時～園児健康診断
 ご都合でのお休みがないようご協力をお願い致します。
 お休みされた場合は、それぞれの嘱託医の徳永小児科・長富歯科を各自保護者様で受診していただくようになります。

【避難訓練】

5月29日(月)、給食室出火を想定した避難訓練を実施しました。

【ご意見・ご要望】

5月は特にありませんでした。

保育料の引き落としは6月15日(木)です。

SAKURA COLUMN

♪好き嫌いでわがまま？♪

先日、保護者向けの藤森先生の講演会で、保護者より寄せられた質問、「食べられないのに無理やり食べさせるのは良くないとわかっているが、栄養的に足りているかが心配。食べ物を残すことは食育的にもどうなのか」に、藤森先生が回答された内容です。大切な視点は2点あります。

- ① 赤ちゃんは母乳を飲むとき自分で量の調節をしている。大人が量を決めて食べさせていると、自分で食べる量を調節できず、将来摂食障害を起こすことがある。子ども自身が自分の食べる量を把握し調節できるように育てる。
- ② 胎児の時から味覚は備わっており、赤ちゃんは「苦い→毒」「酸っぱい→腐っている」「甘い→安全」と認識する。だから好き嫌いがあるのは当然。子どもの味覚を育てたければ、信頼する大人や友達が、そばでおいしそうに食べることを。すると子どもは安全だと認識して食べてみようとする。

食事をみんなと一緒に楽しく食べることは、自分で食べる量を調節することは、子どもの育ちに何より大切なことだと改めて感じました。

補足として、アレルギーではないけれど、ある食材の食感に敏感に反応する子もいるそうです。例えばトマトのヌルヌル感とかイチゴのプツプツ感とか。その場合はわがままではなく食べられないので、注視する必要があるということです。

【6月の行事予定】

月	火	水	木	金	土
			1 絵画教室(月)	2	3
5	6 英会話教室(月) みなとわくわく広場	7 歯科検診 14:00～	8 体育教室(月・雪) みなとわくわく広場	9 HAREの日 園児健康診断 14:00～	10
12	13 スイミング(月) みなとわくわく広場	14	15 体育教室(月・雪) 絵画教室(星) みなとわくわく広場	16	17
19	20 スイミング(月) みなとわくわく広場	21 誕生会	22 絵画教室(月) みなとわくわく広場	23 英会話教室(月)	24
26	27 スイミング(月)	28	29	30	



ほけんだより



6月号

令和5年6月1日
みなとこども園

あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったり、と体調を崩しがちです。バランスのよい食事や睡眠をしつかりととり、元気に過ごしていきましょう。

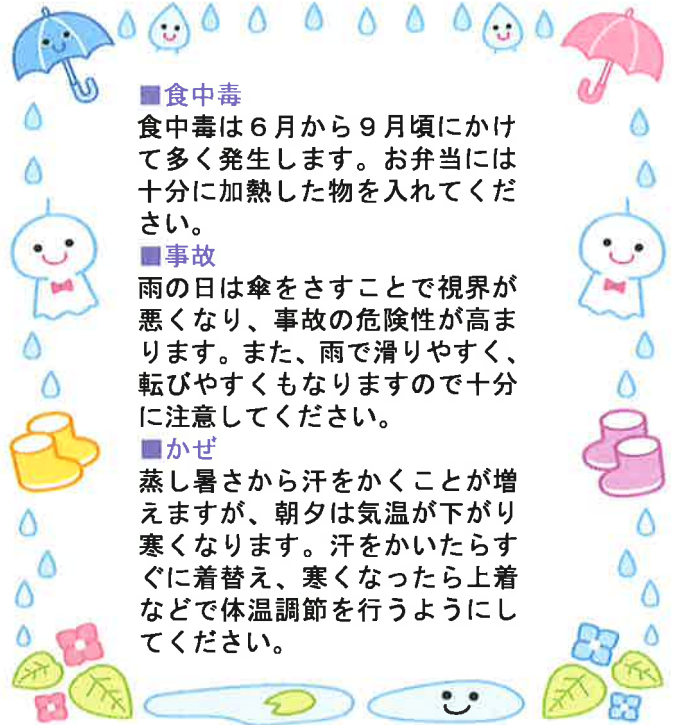
6月4日は虫歯予防デーです！

歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



梅雨の時期の注意点



■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱した物を入れてください。

■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。

■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。

紫外線対策

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、しっかりと紫外線対策を行きましょう。

日焼けの予防法

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差し強い季節はUVクリームを塗ったり、UV加工を施した服を着用するなどの対策をしましょう。それでも日焼けをしてしまったら、冷やしたタオルなどで患部をしっかりと冷やしましょう。



▽皮膚のケア▽

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚（ひふ）のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。下記の他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができている時は、上から優しく押さえて水気を取ります。



乳児には、お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。