



6月 げんきっこだより

令和8年6月1日 中有馬保育園

雨がなかなか降らず、暑さが増してきましたね。
6月は紫陽花が色づく素敵な季節ですが、今年は梅雨らしい天気になるのでしょうか。

雨が降ると、雨合羽を着たり、傘をさして長靴履いたり…
そして道には水たまりもできて…と、子ども達のお楽しみが増えますね♪

大人は、雨だと少し残念な気持ちになることもありますが、時には雨の日ならではの楽しさをお子さんと一緒に感じてみませんか？

皆様にとって素敵な6月になりますように。



《お知らせ》

6月18日 すまいるタイムがあります。

(発達相談支援コーディネーター企画)

クラスの垣根を越えて、みんなでお話して楽しみましょう！
いろいろ話して、話を聞いて、お仕事に家事、そして育児を日々頑張っているパパやママがホッとするようなひと時になりますように…
ぜひご参加くださいね♪

《おねがい》

○園舎安全管理の観点から、保護者であることが誰から見てもわかるように、**園舎内では必ずIDカードを首から下げて携帯してください。**

○持ち物への記名を、必ずお願いします。
洗濯などで記名していたものが薄くなったり、見えにくくなることもあります。
確認して、わかりやすく書いてください。

○気温が高くなってきました。子ども達も疲れやすく、体調が崩れやすい季節です。
暑さに慣れてくるまでは、ご家庭でも無理せず、こまめな水分補給や休息をとりながら過ごせるとよいですね。



日	曜日	《6月の予定》
1	月	
2	火	
3	水	プール開き
4	木	
5	金	園医健診
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	
10	水	親子でランチ（地域支援）
11	木	
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	あそびの広場（地域支援） すまいるタイム
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	親子でランチ（地域支援）
24	水	
25	木	おはなしの会
26	金	
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	

感染症の状況により、行事などの日程や実施方法が変更になることがあります。

●身体測定、防災訓練は毎月行います。

乳児クラスのこどもたち

新年度が始まって2か月が経ち、新しい環境にも少しずつ慣れて、かわいい笑顔を見せてくれるようになりました。そんな乳児クラスの子ども達の姿をお知らせします。

ひよこ組

4月のはじめは、お家の人から離れて、涙、涙・・・の子どもたちも、日に日にひよこ組の保育室や担任保育士にも慣れて、抱っこをすると、安心した表情を見せてくれるようになりました。園庭に遊びに行くと、異年齢クラスのお兄さん・お姉さんが傍に来て、かわいがってくれ、子どもたちも嬉しそうにしています。これからも歩いたり、ハイハイをしたりして、好きな遊びを見つけて、探索活動を楽しんでいきたいと思えます。



あひる組

新しい環境にも少しずつ慣れてきて、自分の好きな遊びを見つけてとびきりの笑顔で遊ぶ姿が見られるようになってきたあひる組の子ども達。階段を上手に降りたり、ちょっと小走りしたり歩くのも上手になって、朝一番のりに園庭に出て、あっちこっちと興味いっぱい探索を楽しんでいます。

こあら組

こあら組になって2か月が経ちました。保育室や担任にも慣れて、一人ひとりのキラリと光る個性が輝き始めています！好きな遊びを見つけて楽しく遊び、友だちへの関心が深まって一緒にあそぶ姿も増えてきました。おしゃべりも上手になって会話も盛り上がっています♪できることも増えて、着替えや食事も「自分の力」で頑張っていますよ(*^-^*)



うさぎ組

4月のころは、新しいお部屋は広くいろいろなおもちゃがあって、自分の好きなものを選んで遊ぶのに夢中でした。最近は、お友達の遊びに興味をもって、一緒に遊んだり、【むっくりまさん】という鬼ごっこをお友達や保育者と思いきり走って楽しんでいます♪



イラスト出典：いらすとや しゅってん



6月のほけんだより



令和8年6月発行
中有馬保育園

夏を感じる日が多くなってきました。暑さや梅雨に負けずに健康に過ごせるよう、お子さんのようすに気を配っていきましょう。

～6月4日は虫歯予防デーです～

虫歯予防デーに合わせて、この時期に歯の健康について振り返ってみるのもよいですね。

歯科健診の目的はライフステージによっても変わっていきませんが、未就学児の場合、歯科医は以下の項目について診ていることが多いです。

■虫歯予防・早期発見

・歯磨きを丁寧にしてくださいと指摘されたら、おうちのかたによる仕上げ磨きをより丁寧にできると良いですね。奥歯や奥歯のみぞ、歯と歯の間を念入りをお願いします。

・むし歯は自然治癒しないので、もしむし歯がみつかったら、すぐに受診しましょう。

■歯並びの状態

・指しゃぶりは悪いことばかりではなく、成長とともに減少していきませんが、3歳を過ぎたころから歯並びに影響してくる可能性があるといわれているので、徐々にやめられると良いですね。

無理やりではなく、指しゃぶりより楽しい活動に誘う、例えば、ブロックやぬりえなど、手を使う遊びも良いと思います。お子さんにあった方法を見つけられると良いですね。

治療だけではなく、予防のために歯科を受診することはとても大切です。歯が生え始めたら、お子さんにあった歯科医院を見つけられるといいざというとき安心ですね。

中有馬保育園の歯科検診は森山デンタルクリニックの森山先生が9月10日に来園予定です。



中有馬保育園では6月3日がプール開きです。夏の遊びを楽しむためには、体調を整えることが大切です。プール当日には下記の項目について、確認をお願いします。

十分な睡眠がとれていますか？

発熱はありませんか？

朝食は食べましたか？

排便は済ませましたか？

下痢や腹痛はありませんか？

風邪症状はありませんか？

皮膚に発疹などはありませんか？

目が赤くなっていたり、目やにが出ていたりしていませんか？

爪は短く切ってありますか？

プールで注意したい感染症について

伝染性膿痂疹（とびひ）

あせもや虫刺されのあとを引っ掻いてできた傷に黄色ぶどう球菌や溶血性連鎖球菌などが感染しておこる病気です。夏季に多く、皮膚との接触でうつってきます。皮膚を清潔に保つことが重要で、とびひになった場合は、プールなどは控えていただくことになります。

伝染性軟属腫（水いぼ）

1～5mmの丘疹で数個から数十個集まってできています。皮膚が直接接触することで感染しますが、プールの水で感染することはありません。自然治癒もありますが、数カ月かかります。園でのプールを使用する場合は、水いぼを防水テープで覆うか、Tシャツかラッシュガードなどで覆う必要があります。ご協力よろしくをお願いします。

園医健診のお知らせ 6月5日（金）

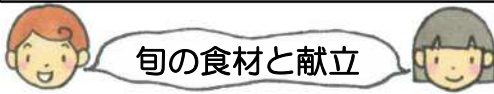
こども元気！クリニック 手塚先生

対象児童：3歳児、新入園児、プール前未受診児

6がつ きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年6月 中有馬保育園

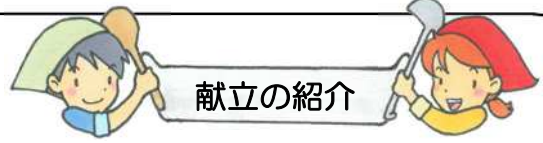


旬の食材と献立

● ジャがいも

ジャがいもにはいろいろな種類があり、ホクホクした男爵いもはつぶして使う料理に向いています。煮くすれしにくいメークインは、カレーや煮物などによく合います。

今月は、イギリス料理の『シェパーズパイ』や埼玉県の郷土料理『ゼリーフライ』などで、美味しいジャがいもを味わいます。



献立の紹介

- 歯と口の健康習慣（6/4～6/10）に合わせ、カルシウムが豊富な食品（しらす干し・桜海老・胡麻）を使った『骨太チャーハン』を取り入れました。食材をたっぷり使った“凝った”チャーハンという意味も込めています。
- 和菓子の日（6/16）にちなんで『なめらか水羊羹』を提供します。

丈夫な歯をつくるために…

「よく噛む」ためには？

虫歯予防として、実は「噛むこと」がとても重要です。噛むことで出る唾液は、口の中をきれいにしてくれます。

しかし、こどもに「よく噛んで食べようね。」と伝えても難しいことも多いですね。そこで、よく噛むための食事の工夫について紹介します。

一口で食べられない大きさにする

口角よりも幅が広い蒸しパンや唐揚げなど、大きめのものをがぶっと「かじり取り」します。

自分の一口量が分かり、丸のみの防止にもつながります！

切り方を工夫する

みじん切りや千切りだけではなく、乱切りなどを取り入れることで、自然と奥歯で噛む回数が増えます。



6月4日～10日は歯と口の健康週間です。

歯を丈夫にする食べ物

歯をつくる

カルシウムを多く含む食品



カルシウムの働きを助ける

ビタミンDを多く含む食品



歯のエナメル質を強化する

ビタミンAを多く含む食品



カルシウムを必要な量摂取するのは意識しないとなかなか難しい！

令和元年の家庭での食事調査で、カルシウムの摂取量が基準に対して少ない家庭が多いという結果も…。

（こども家庭庁「児童福祉施設等における食事の提供ガイド」より）

保育園では今年度から、給食で摂取するカルシウムの量を増やしています。（1日に必要な量の50%を摂れるように献立を作成しています。）

ご家庭でも、一品乳製品を足してみたり、小魚を取り入れるなどすると良いですね◎

6月は
食育月間です

「食育」と言うと、何か特別なことをするイメージがあるかもしれませんが、毎日の食卓に並ぶ食べ物に興味を持ったり、実際に食べたりする、その経験が一番の食育です。保育園では日々の食事を大切にしながら、楽しく食べ物に親しみを持つきっかけづくりをしています。



▲ 5月はそらまめのさやむきやスナップえんどうの筋とりをしました。