

2024・6月 園長 寺田 隆一

【幼稚部の遠足】

25日(土)は幼稚部の遠足があり、ご家族の皆様と一緒に手遊びやダンスをして楽しいひとときを過ごすことができました。ありがとうございました。カマキリになりきって、肩をトントン、モミモミしたり、我が子を天高く持ち上げたりと、お父様やお母様と一緒に触れ合った「肌の感覚」は、とても大切でよい思い出になりましたね。

こんなことができるのは、年長さんであれば(あと、3-4年)、年中さんであれば(あと4-5年)、年少さんであれば(5-6年)ですよ。



【お花祭り】

仏教系幼稚園からスタートした本園。お釈迦様のお誕生日は、年間行事の中でも大事な時間です。園児たちは、自宅からお花を持参したり、誕生日のプレゼントを制作したりと、自分たちができる精一杯のお祝いをしています。

ご住職様のお話を静かに聞きながら、粛々と一人一人が「甘茶」をかける姿が見られました。



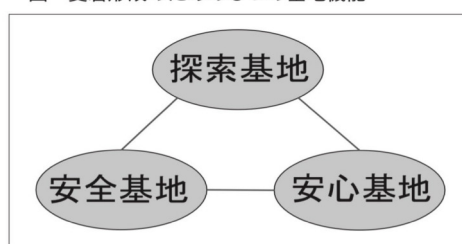
【保育部】

まだまだ、体格的にも幼稚部のお兄ちゃん、お姉ちゃんと一緒に園庭で遊ぶことは難しく、時間を決めて<保育部だけの外遊び>をしています。砂遊びや自転車乗り、ブランコ乗りと、所狭しとそれぞれが、それぞれの遊びを満喫しています。

<園長のちょこっとコラム>

今、「**愛着形成(アタッチメント)**」という言葉が注目されています。幼児期の脳は、豊かな刺激を受けて爆発的に成長し続けています。<家庭>や<幼児教育機関>は、豊かな刺激を与える(**安全基地、安心基地、探索基地**)にならなければなりません。

図 愛着形成のための3つの基地機能



(安全基地・安心基地)：「安心して過ごせる場所、守ってもらえる場所」

(探索基地)：「ひとりで新たな関係を結んでいくための精神的自立の基盤：安全・安心基地に戻る」

【ケース】「この子は、俺に似て勉強が苦手で**“馬鹿”**だから、勉強はいいですから。」と言いつけられたら、勉強もやる気がでませんよね。保護者には、「今後一切、“馬鹿だから” “どうせ勉強できないんだから” などと言わないで下さい」と伝えました。

後日談→**家庭は、安心安全な場所となり、学習意欲(探索行動)が高まりましたよ。**

今月の目標

・様々な素材や感触に親しもう。

○いろいろな素材に積極的に関わり、工夫や想像力を養い、表現力を豊かにする。

○歌や楽器に親しみ、楽しむ。

学年の目標

年 長：友だちとのつながりを深め、互いの思いを伝え合いながら活動を進める。

年 中：友だちと触れ合いながら遊びを楽しむ。

年 少：好きな遊びをみつけて楽しむ。

アリス：満3歳児→保育者や友だちと遊ぶことを楽しむ。

満2歳児→保育者に見守られながら安心して過ごす。

満1歳児→保育者に見守られながら好きな遊びを楽しむ。



★6月の行事予定★

		ありす組	年少・年中・年長組
1	土		
2	日		
3	月		
4	火		ムシバーマン
5	水	ムシバーマン	体力作り(長) 英語(中) 園外(少)
6	木	プール開き	
7	金		お茶道(長)
8	土		
9	日		
10	月		交通安全教室
11	火		英語(長) 園外保育(中) ティンクルーム
12	水	キング園外	体力作り(長) 英語(中)
13	木	英語	英語(少) チクタクキッズ
14	金		
15	土		
16	日		
17	月		
18	火		英語(長) ティンクルーム
19	水	6月生まれ誕生会	英語(中)
20	木		6月うまれ誕生会(中・長合同)
21	金	避難訓練	
22	土		
23	日		
24	月		園外保育(長)
25	火		英語(長)
26	水		体力作り(長) 英語(中)
27	木	英語	英語(少) チクタクキッズ
28	金		お茶道(長) 園外保育(少)
29	土		
30	日		

〈特記事項〉

●4日(火)のムシバーマンですが、幼稚部と保育部で日にちをずらして行いたいと思いますので保育部は5日開催となります。

●6日(木)はプール開きが行われます。
水着の準備をお願いします。
学年ごと時間を決めて行います。

●5月に内科・歯科検診が行われました。
検診結果をご確認頂き、治療が必要な場合は医療機関にて受診をお願い致します。
また、欠席のお子様につきましても、保護者の方とやまみ子どもクリニックさん、行仁歯科さんへ受診して頂くようになりますので宜しく致します。



【6月の子育て支援事業】

☆ティンクルームのご案内☆

(園の定める火曜日 対象年齢：0～1歳半)

☆11日：「ひとみ先生と遊ぼう」

☆18日「巾着を作ろう！」

☆チクタクキッズのご案内☆

(園の定める木曜日対象年齢 1歳半～就園まで)

☆13日「チクタク遠足」

☆27日「ミールケアさんと

手作りおやつを作ろう」

※ご予約は園ホームページより申し込み下さい。

Welcome

エース組 さいとう ゆき君



どの学年でも少しずつ【自我】が出始めてきた子ども達。言葉で思いを口にしよう
 したり、指差して希望を訴えたりと気持ちをアピールする姿が見られます。

え・の・きのまど～こんなことしたよ！園をのぞいてみよう！～



アリスルーム：低年齢児の子にとっ
 ても砂場は人気の場所です☆



アリスルーム：ダンゴ虫探しや植物
 への水くれも行っています。



年少組：プリキュア
 ごっこだいすき♡



年少組：年長さんの
 所でメダカの監察！



年少組：ガタンゴトン！
 電車ごっこで～す☆



年長組：子どもの森の隣にある畑
 のお世話も頑張っているよ☆



年中組：ガチャポンプや砂場で水の心
 地よさを存分に味わっていました。



年長組：マラソン大会では会津大学の水辺
 のほつりを2週走った年長さん！



幼稚園部：
 春の親子遠
 足は子ども
 達のキラキ
 ラ笑顔が沢
 山みれました☆



ぱくぱく だより

2024年
6月号



色とりどりのアジサイに、梅雨の訪れを感じる時期となりました。

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。よく噛むことは刺激となり、唾液の増加による虫歯の予防、胃腸の働きの促進、脳の活性化などに繋がります。現代人の一口で噛む回数は平均10～20回ですが、理想は30回といわれています。噛む回数を増やすコツとして、「歯ごたえのある食材を選ぶ」「複数の食材を使った料理を食べる」などがあります。食感や味の変化によりじっくり食べることが出来るためおすすめです。よく噛んで、歯と口を健康に保ちましょう。

☆6月の食育予定☆
【子どもの森】
6月12日 年中 パリポキサラダ作り

【榎の木】
6月 3日 年中 パリポキサラダ作り



《毎月19日は食育の日です》 食中毒は予防が大切



ジメジメとした日が続くこの時期は、食中毒菌の繁殖が活発になります。食中毒は重症化するケースもあるため、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」ことが重要です。食中毒を予防するためのポイントを紹介します。

- ①食材は消費期限を確認し、新鮮なものを購入する。
- ②冷蔵が必要なものは、購入後すぐ冷蔵庫へしまおう。
(冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下)
- ③調理の前には必ず石鹸で丁寧に手を洗う。肉や魚、卵などに触れたらその都度手を洗う。
- ④食材はしっかり加熱する。
- ⑤調理後は速やかに食事し、長時間室温で放置しない。
- ⑥残った食材は清潔な容器に保存する。

食中毒にかからないためには、一人一人の心掛けが大切です。元気に過ごすためにも予防を徹底しましょう。

こよみ 今月の二十四節気



☆二十四節気とは☆

昔、農作物を作るための目安として季節や自然の変化を表した暦です。二十四節気の変り目の日には、季節食材をふんだんに用いた給食の提供をしています。

芒種 (ぼうしゅ) 6月5日頃

稲や麦など実の殻に針状の毛「芒(のぎ)」がある穀物の種をまく季節。梅の実が青から黄色に変わり、百舌(もず)が鳴き始めます。

夏至 (げし) 6月21日頃

暦の上では夏にあたりますが、実際の季節では梅雨の時期。農家では田植えが繁忙を極めます。一年の中で最も昼間が長い日です。

チキンナゲット

《約4人分》

- ・鶏ひき肉 160g
- ・木綿豆腐 1/2丁
- ・塩 少々
- ・パン粉 20g
- ・薄力粉 12g
- ・油(揚げ油) 適量
- ・ケチャップ 大さじ1



《作り方》

- ①豆腐は泡だて器などでつぶしておきます。
- ②ボウルに鶏ひき肉、塩を入れてよくこね、豆腐、パン粉、薄力粉を加えてさらによくこねます。
- ③小判型に成形し170℃に熱した油で5～10分揚げます。
- ④揚げたチキンナゲットにケチャップをかけて完成です。

◎二次元コードを読み取ると
参考動画を見ることができます。





ほけんだより

2024年5月末日号
学校法人 白梅

さわやかな風が吹く、心地よい季節になりました。お散歩や外遊びなど、戸外で過ごす時間が少しずつ増えて、季節の変化や身近な自然をたっぷり楽しんでいます。いよいよ子ども達の、楽しみにしているフール開きが6/6（木）に迫ってきました。体調に気を付けて子供と一緒に楽しみたいと思います。5月8日（水）に歯科検診がありました。6/4歯と口の健康週間となっております。少し歯についてのお話をしたいと思います。参考にしてみてください。

6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯が虫歯で抜けてしまうと、食べることに支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。

また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。歯がきちんとみがけているか、虫歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために、お子さんといっしょに家族で定期的に歯科検診を受けるのもおすすめです。

虫歯はこうしてできる！

1 糖分をもとにプラークができる

口の中の糖分をエサに、虫歯菌が繁殖し、ネバネバとしたプラーク（歯垢）をつくり出します。プラーク 1mg には、なんと虫歯菌が 10 億個以上も！

2 虫歯菌が酸を出す

プラークの中で虫歯菌が糖分を取り込み、酸性の物質を出します。



プラーク

3 酸が歯を溶かす

虫歯菌の出す酸が、歯の表面を溶かし、やがて歯に穴が開いて虫歯になります。表面だけが溶けた「初期虫歯」なら、歯みがきをしっかりとすることで、本格的な虫歯に進むのを防げます。



歯みがきで虫歯を防ぐ！

歯みがきを好きになる 3つのポイント

ポイント1 好きな歯ブラシを使わせる

子どもが選んだ歯ブラシのほうが、楽しく、自分で進んで歯みがきできます。仕上げみがき用には、本人が使うものとは別に、サイズや年齢に合ったものを選びましょう。

ポイント2 やさしく見守る

歯みがきタイムは、食後の忙しい時間帯なので、つい「早く！」「ちゃんとみがいて！」などと言いがち。でも、子どもは楽しいほうが取り組みやすいもの。やさしい気持ちで見守ってください。

仕上げみがきは小学校3年生くらいまで続けるのがベスト。それまでに習慣づけたいですね。



ポイント3 仕上げみがきは痛くしない

歯を強くみがいたり、粘膜や歯茎に歯ブラシが当たると、痛くて仕上げみがきをいやがるようになってしまいます。手の甲に歯ブラシを当ててこすったときに、毛先が広がらない程度の力加減を目安に、やさしくていねいにみがいてあげましょう。

実験！

歯が溶けるって？

歯が溶けて虫歯になると言われても、子どもにはピンとこないかもしれません。乳歯が抜けたときに、その歯をお酢につけてお子さんといっしょに観察してみましょう。1日ほどで歯の表面がボロボロと溶けていくのが見られます。

プール前チェック！



プールに入った日はお風呂で体を清潔にし、体温が下がらないようにタオルでしっかりと体を拭きましょう。タオルできちんと拭かないと、体が冷えてかぜの原因となります。また手洗い・うがいも必ず行いましょう。



6月6日(木)は、待ちに待ったプール開きです。楽しく入れるよう。健康状態のチェックは毎回必ず行ってください。

- ・体温
- ・顔色
- ・機嫌
- ・睡眠時間
- ・下痢をしていないか
- ・発疹はないか
- ・目やには多くないか
- ・食欲はあるか

気をつけたい 夏風邪

いんとうけつまくねつ 咽頭結膜熱（プール熱）

その名のとおり、のど（咽頭）と目（結膜）に炎症が起こり、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。



特徴

- ・38～40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血（赤くなる）し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2～3日ほどで破れて潰瘍（かいよう）になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。

特徴

- ・口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍（かいよう）が治まり、普段の食事がとれるようになったら

手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができ痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍（かいよう）が治まり、普段の食事がとれるようになったら

おうちで休むときは……

水分補給をしっかり

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たり、のどごしのよいものを少しずつとらせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかり休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。



食育コラム



田んぼに水が入りました。水面に太陽が反射して金色に光る田んぼが見えます。田植えが終わった田んぼの水面では、稲の苗が小さな点になって見えています。2～3 週間もすれば葉が伸び、茎が分けつて、あっという間に田んぼ一面に緑の稲が風にそよぐ光景が見られることでしょう。

さて、1 本の稲の苗からどのくらいの量のお米がとれるのかご存じですか？10 数年前、義父にたわわに実った稲を一株いただき、数えてみました。一株で稲穂が 35 本、米粒が約 2900 粒ありました。田植え時は、3～5 本の稲の苗を一株として植えたということでしたから、3～5 粒のモミが 2900 粒のお米を実らせたことになります。これは農林水産省のホームページで公表されている量よりはるかに多く、米どころ会津の実りの多さに感心したものです。ちなみに、2900 粒のお米はご飯中茶碗軽く 1 杯分でした。

お米離れが言われて久しくなりますが、この頃はおにぎりブームです。おにぎりは家で握るかコンビニで買うものと思っていたら、おにぎりをメインとした飲食店やカフェが出てきました。具材も梅干しや塩鮭のような定番だけでなく、イクラや牛肉などの高価なもの、グリーンアスパラなど地元の特産品を使ったものもあり、選ぶのに迷ってしまいそうです。おにぎりブームは海外でも広がっています。持ち帰りができる、手軽に食べられる、外食に比べて安い、また、日本産米のおにぎりは、冷めても柔らかく粘りがあり、コメそのもののおいしいことが人気の理由だそうです¹。

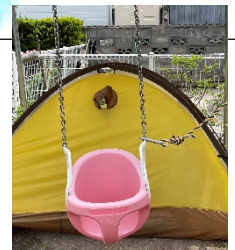
お米は炭水化物だけでなく、たんぱく質はじめさまざまな栄養素を含みますが、脂肪は少なくエネルギーが低いヘルシーな食品です。「炊く」手間はかかりますが、淡泊でいろいろな味のおかずと相性がよいので、和食に限らず活用できることも海外でウケている理由かもしれないですね。

海外で見られないのは稲作が織りなす四季折々の美しい風景、会津では当たり前の田んぼの風景ですが、わたしたち日本人のこころの糧です。 会津大学短期大学部 鈴木秀子

園だよりを通して「会津大学短期大学部教授 鈴木秀子先生」のコラムを掲載していきます。コラムは月の中旬に届くため、内容が前後することがございます。

乳児用ブランコが設置されました

園庭に、乳児用ブランコが1つ増えました。保育部のお子様を対象に、職員が付きながら使用していきたいと思います。降園後の時間は幼児用ブランコ同様に使用禁止としますので宜しくお願い致します。



年長組☆田んぼプロジェクト

3月に卒園した年長さんから【田んぼ】を引き継いだ年長さん！！今年度の年長組さんも田植えに挑戦し、お米を育てていくようです。藤棚の下にミニミニ田んぼが完成しましたが、この段階に至るまでは種から苗を育てようと取り組みましたが、種から育てることは難しく、どうしたら元気な苗が育つのかを考えた時に「ビニールハウス」の声があがり、ビニールハウス作りも行っていました。今回田植えをした苗は頂いたものですが田んぼ作りに対しての熱意は高いため、今後の活動が楽しみです☆



Congratulation

3月末から産休に入った佐藤優衣先生に 2,645g の元気な男の子が生まれました！！

名前は【琥珀くん】です。虎のようにたくましく、強く育ち、人を思いやり、みんなに愛される子になってほしい。という願いが込められているそうです♡



編集後記

5月25日に行なわれた春の親子遠足（幼稚部）では、年中・年長組の子ども達はお家の方と一緒に手を繋ぎ頑張って鶴ヶ城まで歩いていきました。近年は車での移動が多く歩く機会は少ないかと思いますが、お家の方と手を繋ぎお話をしながら一緒にあるく時間は、何よりも嬉しい時間となったようです。年少組さんも初めての遠足と顔合わせを行い、有意義な時間を過ごすことができたようです♪今年度は、保育部さんも秋に遠足があるので楽しみにしててくださいね☆シュガー☆