



# おたより

はびねす nursery school

2026年

5月号

NO.2

風薫る5月。さわやかな風につられて、体も気持ちも軽やかにワクワクしてくる季節です。

新入園児と進級児が入り混じり、新しい環境との出会いに緊張や不安を感じる日も多い4月でした。

今月は、安心して過ごせる居場所を子どもたちとつくりたいと思います。

新入園児5名も園生活に少しずつ慣れてきて、かわいい笑顔、活発な姿を見せてくれるようになり、私たちをホッとさせてくれています。これからいろいろな経験をみんなと一緒に楽しんでいきたいと思ひます。慣らし保育のご協力、ありがとうございました。

## 食育

### みんなで「いただきます」

はびねすナーサリースクールの給食は、市からの献立表を元に、栄養バランスを考え、季節感や彩り、食べやすさなどの工夫をしながら毎日提供しています。「おいしく食べる」ことが食事の基本です。

“すききらいなく食べる”・“食事のマナーを身につける”ことも徐々に身につくよう、見守りたいと思ひます。

まずは、“食べる楽しさ”を子どもと一緒にたっぴりと味わっていきたく思ひます。保育園の給食について、お子さんに聞いてみてください。そして、教えてください。調理の参考にしていきたいと思ひます。

よろしくお願ひします。



## 【糖質】

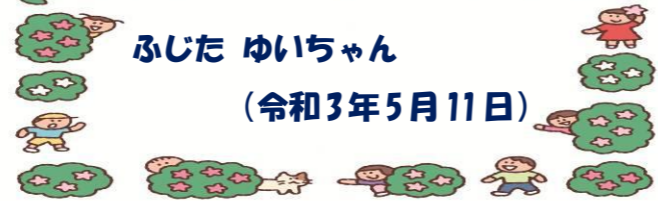
糖質は、炭水化物から食物繊維を除いたものです。糖質というと甘いものをイメージすると思ひますが、ご飯やイモ類に含まれるデンプンも糖質の仲間。体を動かすエネルギーにすばやく変わるので、朝食ではご飯やパンイモ類などをとるようにしましょう。

## 【簡単レシピ “ソラマメご飯”】

- ① 米2合の場合、水を2合の目盛りに合わせて入れ、そこから、大さじ2の水を取り除く。
- ② 酒大さじ2、塩小さじ1、昆布約5cmを加え炊く。
- ③ ソラマメ適量を塩ゆでし、皮をむく
- ④ 炊きあがったご飯とソラマメをざっくりと混ぜる。



## 5月生まれのおともなごたち



ふじた ゆいちゃん

(令和3年5月11日)

## こどもの日

5月5日は「こどもの日」ですね。

各クラス年齢に合わせて、こいのぼり作りをがんばりました。お家で飾っていると思ひます。こいのぼりには、コイが滝を昇って龍になったという故事にちなんで元気よく立派に成長してほしいという願ひが込められています。お家でも健康・成長を願ひお祝ひし、てあげてください。



## 保健

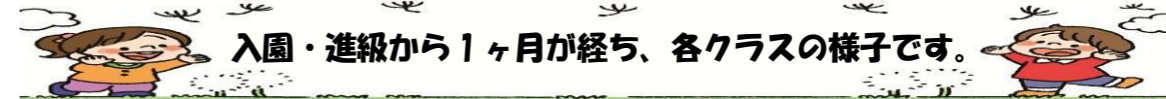
### 爪は大切！

爪は手足の指先を保護する大切な存在です。足の爪は体を支え、歩くときに力を入れる働きをします。手の爪は細かい作業をする時の助けになります。爪の周りは菌が繁殖しやすいので注意しましょう。爪が長いとお友達に当たり危険です。又、爪が割れてケガをします。週に1回は手足の爪をチェックしてあげてください。



### 熱中症に注意！

5月はまだ、体が暑さに慣れていません。急に気温が高くなった日や蒸し暑く感じる日は熱中症を起こす危険性が高まります。子どもは、地面の照り返しで大人より7℃ほど暑く感じるといわれています。  
・気温に合わせて衣服の調節をする。  
・日射しをさえぎったり、風通しをよくしたりする。  
・適度な休息と水分補給をとる。  
などを心がけましょう。また、短時間でも車内や室内に子どもを一人残すことは絶対にやめましょう。



入園・進級から1ヶ月が経ち、各クラスの様子です。

## ぞらぐみ

今年度ぞら組は年長3名、年中6名、年少4名の13名でスタートしました。年少児は新しいお部屋になり、少し戸惑いもみられましたが、少しずつぞら組での生活にも慣れ、楽しく遊べるようになりました。年中、年長児も年少さんにやさしくしてあげる姿も見られ、自信も出てきました。3・4・5歳児の混合クラスですが、これからみんなで力を合わせて、いろいろな行事に自信をもって取り組んでいきたいと思ひます。一年間よろしくお願ひします。

## ほしぐみ

進級して1ヶ月が経ち、少しずつクラスや担任にも慣れてきました。自我が強くなる年齢のため、「ジフンで」や「イヤイヤ」が強くて出ていますが、一人ひとりの様子を見ながら成長の手助けができたらと思ひます。また、今月も天気よい日には散歩や園庭であそぶなどして体を動かしたいと思ひます。一年間、よろしくお願ひします。

## つきぐみ

新年度が始まり、1ヶ月が経ちました。新しい環境の中で、頑張ってきた子どもたちも少しずつ安心して過ごせるようになってきました。保育者と関りながら笑顔が見られる場面も増えていきます。5月は戸外に出かける機会を増やし、散歩を通して心地よい時間を過ごしていきたいと思ひます。一年間よろしくお願ひします。

## はなぐみ

今年度は、月齢の離れた2名からスタートしました。それぞれのペースで過ごしながらも、少しずつ同じ部屋の中で存在を感じながら楽しんでいきます。一人ひとりの発達や生活リズムを大切に、ゆったりと関わっていきたく思ひます。一年間よろしくお願ひします。

## 園外保育 《中央公園に行く予定でしたが、雨で行けず残念だったね。》

