

新年度が始まり 1 ヶ月が経ちました。初めの頃は硬い表情だった子たちも、少しずつ保育園の生活に慣れてきたようです。好きな遊びをみつけたり友だちと一緒に遊んだりして、かわいい笑顔をたくさん見せてくれるようになりました。爽やかな風が吹き心地よく遊べるこれからの季節、園庭や散歩先で草花遊びや虫探しを楽しみながら、子どもたちとの関係をさらに深めていきたいと思います。

今月の予定

5月	12	月	
	13	火	春の健康診断 (幼児)
	14	水	体育あそび
	15	木	お茶会（ひかり） いちごルーム みどり懇談会
	16	金	
	17	土	
	18	日	
	19	月	
	20	火	そら懇談会
	21	水	
	22	木	歯科健診（全園児）
	23	金	
	24	土	
	25	日	
	26	月	
	27	火	
	28	水	体育あそび
	29	木	
	30	金	ひかりおとまり保育
	31	土	↓
6月	1	日	
	2	月	
	3	火	
	4	水	
	5	木	0歳児健診
	6	金	
	7	土	
	8	日	
	9	月	
	10	火	ひまわり懇談会

月のどこかで避難訓練(火災)があります

いちごルームとは、
地域の子育て家庭を対象と
した取り組みです。散歩や芋
ほり、看護師・栄養士講座な
ど、いろいろな活動を企画し
ています。

5/30～31に
年長児の“お泊まり保育”が
あります。お泊まり保育に向け
様々な準備をし、当日は子どもたち
と職員だけで次の日の朝まで過
します！
詳しい内容は来月号で
お伝えします。



お誕生日おめでとうございます

～4・5 月 保育のねらい～

【ひまわり(0 歳児)】

- ・園の環境に慣れて、安心感を持って過ごす。

【はな(1 歳児)】

- ・新しい環境に慣れて、安定した気持ちで生活する。
- ・保育者と一緒に好きな遊びをしたり、楽しんだりしながら信頼関係を築く。

【そら(2 歳児)】

- ・新しい環境に慣れ、安心して過ごす。
- ・春の身近な自然に触れながら、戸外でたくさん体を動かして楽しむ。

【みどり(3 歳児)】

- ・新しい環境に少しずつ慣れ、友だちや保育者に親しみをもち安心して過ごす。
- ・春の自然に触れながら、戸外遊びを楽しむ。

【のぞみ(4 歳児)】

- ・新しい環境になじみ、保育者や友だちに親しみをもちながら、心身ともに健康に過ごす。
- ・春の季節を感じながら、戸外で体を動かす心地よさを感じる。

【ひかり(5 歳児)】

- ・進級したことを喜び、友だちや保育者と好きな遊びを楽しむ。
- ・新しい生活の流れを知り、安心した環境の中、意欲的に過ごす。



コードモンについて

新年度よりコードモンの運用内容が変更になり 1 ヶ月が経ちました。現状を基にコードモンの約束事を今一度ご確認ください。お願いばかりで恐縮ですが、ご協力よろしくお願いいたします。

よくある事例	約束事
コードモンの送信が 9 時以降にある	欠席連絡や連絡帳などのコードモンの送信は 9 時まで に お願いします。 <u>9 時以降は全て電話連絡での受け付けとなります。</u>
検温の送信がない お迎え時間と人の送信がない (3～5 歳児対象)	保護者アプリ下部にある「連絡」から「連絡帳」を開き、検 温と子どもの様子を入力し、送信してください。 また、「連絡」から「お迎え」を開き、お迎え時間と人を入 力し、送信してください。 「連絡帳」と「お迎え」の送信は、それぞれ毎日必ず行って ください。 入力したお迎え時間や人が変わる場合は、電話にてご連絡 ください。
兄弟のうち1名だけ登園の場合、 欠席の子も登園と打刻する	兄弟がいる場合、QR コードをかざした時に兄弟の全員の 名前がタブレット画面に出るので、欠席の子のチェック を外してください。お迎え時も同様です。
兄弟のうち、1名しか都合欠の 連絡がない	子どもそれぞれの入力をお願いします。



そら(2 歳児)

新しいそらグループのお部屋や生活にも慣れ、晴れて
いる日は全生園や都職グラウンドなどのお散歩を楽し
んでいます。お部屋では、最近は粘土遊びに夢中な子
どもたちです。手の平で粘土を転がしたり、指先を使っ
て細かくちぎったり、それぞれが粘土の感触を味わい
ながらじっくりと夢中になって遊んでいます。



のぞみ(4 歳児)

進級し、新しい生活に少しずつ慣れ、お散歩に出る機会
も増えてきました。散歩先では、“春”を身近に感じるこ
とができます。桜やチューリップ、タンポポなど色とりど
りのお花を見たり、暖かくなって出てきた虫探しに夢中
になっている子どもたちです。「これは何かな?」「なんて名
前かな?」など興味の幅はどんどん広がっていきます。



子どもたちのかわいい
言葉やおもしろい発言
などを紹介していきます!

★水たまりに浮かぶ桜の花びらを見て…
「あ、桜が泳いでる！」 (3歳児)

令和7年5月号

給食だより

栄養士

爽やかな風が気持ちの良い季節となりました。入園・進級から1ヵ月が経ちました。新しい環境にも少しずつ慣れ、給食やおやつをお友達と楽しく食べられるようになってきました。一方、疲れも出てくる頃だと思っています。食事の栄養バランスに気を付け、早寝早起きを心がけて、朝食をしっかりと食べてから元気に登園しましょう。

園の給食では、子どもの性・年齢・発育・発達状況等を把握・評価し、提供することが適当なエネルギー及び栄養素の量の目標値を「給与栄養量」として、年に2回設定しています。

今年度の給与栄養量(目標値)を右記のように決めました。毎月の予定献立表にはその月の給食の予定平均栄養摂取量を載せています。あわせてご覧ください。

1日当たりの目標量と そのうちの給食での目標量

1日当たり	乳児	男	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
			950	20	26	3.0 未満
	幼児	女	900	20	25	3.0 未満
		男	1300	25	36	3.5 未満
保育園	乳児	女	1250	25	35	3.5 未満
		平均	500	19.9	16.9	1.7
	幼児	平均	530	22.3	17.6	1.9

*保育園の給与栄養量とは、昼食とおやつを含めたものです。

上宮保育園の給食で大切にしていること

薄味

子どもの味覚は大人に比べ、ずっと敏感です。薄味にすることで食材そのものの味を感じることができ、子どもたちの味覚の発達の手助けになります。

手作りのもの

基本となる「だし」は煮干しや鰹、鯖などの削り節、干しいたけ等でとっています。おやつのケーキ等も手作りで。手作りの温かみ、素材の味を知ってもらいたいと思っています。

ごはん食のメリット

よく噛んで食べることで消化の促進につながり、脳の働きを助け、満腹感を得ることができます。パンに比べて、栄養バランスも良く、生活習慣病の予防にもなります。一汁三菜の給食では、日本食の基本的なマナーを伝え、幼児さんになるとお箸の持ち方も覚えていきます。

おたのしみランチ

毎月1回実施しています。いつもとは違った特別メニューで洋食や季節の行事に合わせたものを提供しています。どんな内容か当日までのおたのしみ！

季節感のある献立・色々な食材との出会い

旬のものを取り入れて、その時にしか味わえないおいしさを感じて欲しいと思います。時にはお家で食べたことのない食材も登場するかもしれません。

でも、色々な食材との出会い、偏ることのない嗜好を育てていってあげたいと思っています。

よていこんだてひょう

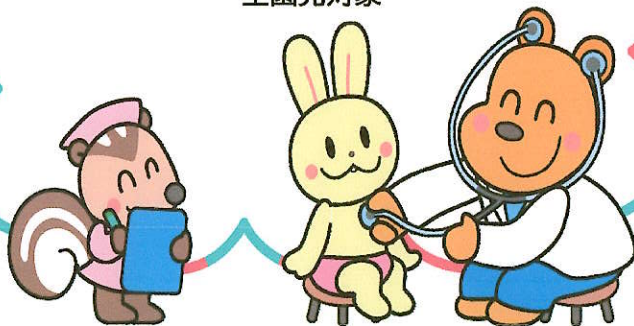
幼児さんになると、少しずつひらがなに興味を持ち始める子も多くなってきます。月末にコドモンで配信している予定献立表が「ひらがな」なのは、ひらがなに触れる機会を少しでも多く出来たらと始めたものです。大人には少し読みづらいですが、ぜひ、お子さんと一緒に読んでいただけたらと思います。



新緑の美しい5月。元気に遊ぶ子どもたちの姿に、さわやかな風が吹き抜けます。ゴールデンウィークを楽しく過ごした後、心身ともにちょっと不安定になることも。ご家庭と連携をとりながら、お子さんの様子に気を配っていききたいと思います。

健康診断の日程のお知らせ

0歳児健診 : 5月8日(木) 9:00 ~
内科健診 : 5月8日(木) 9:10 ~
はな・そら
: 5月13日(火) 9:00 ~
みどり・のぞみ・ひかり
歯科健診 : 5月22日(木) 9:30 ~
全園児対象



ご家庭の都合や急病でお休みする場合、内科健診は毎月の0歳児健診でフォローしていきますが…
歯科健診の欠席の場合は、
直接、園医へ行ってもらいます
ので、ご理解ご協力ください。

*****つめを切って清潔に*****

つめは、1週間に1~2回程度チェックしましょう!!
つめが伸びていると、お友だちを傷つけてしまったり、子ども自身もケガをしてしまいます。
爪角が立たない様に指先に沿って、弓なりに切りましょう。



また、保育園では体調悪化などの状況に応じて、爪の状態をみる場合があります。

マニキュアは、登園前に必ず除去をお願いします。

おしゃれは、お休みの日にして欲しいです(^_-)☆

体調不良の欠席連絡は ☺DMONへ お願いします

できれば、詳細をご記入ください。なお、ケガや受診結果については、今まで通りお電話にてお知らせください。

保育園には色んなお友だちがいるよ

- ・アレルギーのある子 → 個別対応しています。食べ物・喘息・花粉症…など様々です。
- ・持病があり
予防接種のできない子 → 感染症が流行るとドキドキします。ご自身の健康維持が大変です。
ウチの子だけじゃない…周りのお子さんの健康についても配慮していきましょう。
- ・補聴器をつけている子 → 補聴器や眼鏡は、大切なものだから、触らないでね。補聴器は、特に水や磁石に
- ・眼鏡をしている子 → 弱いものです。活動によって外すこともあるので、何か困っている様子があれば助けてあげて、みんなで楽しく過ごしていきましょう。
- ・成長や発達がみんなより
少しだけゆっくりな子 → みんなで支え合いながら、いっしょに成長していきます。
子ども同士で意思疎通がうまくいかない時は、保育士が間に入り気持ちや思いをつなげていきます。ともに成長していく大切な仲間なので、困りごとがあればご相談ください。

他にも色んなお友だちがいます。温かく見守っていきましょう。