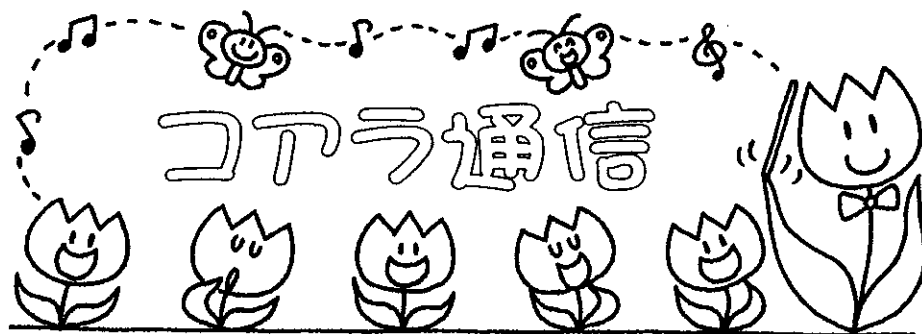




6月号

2013年5月発行
じきょうほいくえん
TEL: 67-0291
HP: jikyo.ed.jp

こんにちは、じきょうほいくえんです。

保育園の子ども達は、お天気の日には園庭へ出て、虫を見つけたり、お友だちと砂あそびやお団子づくり、なわとびをしたりと元気な声でいっぱいです。

子育てサロン「コアラの親子」では、父の日の製作や、雨の日のお部屋遊びのアイデアなどを紹介したいと思っています。同年齢のお友だち同士のふれあいは、とってもかわいくて私たち保育士もいつも癒されています。ぜひ遊びにきてくださいね。

6月の子育てサロン「コアラの親子」の予定

場所：じきょうほいくえん 1Fすみれのお部屋・おゆうぎ室・園庭

時間：10時～11時30分

バルーンあそび！

風船や、大きな布で遊んでみよう！

6月6日（木）

ふわふわ風船を使って遊んでみましょう。
大きな布を使ってバルーンあそび。
簡単なバルーンアートもお楽しみに！



お母さん、お友だちと一緒に広いおゆうぎ室で、
体を動かしてあそびましょう！



*お子さんもお母さんも動きやすい服装できてくださいね。

父の日

6月14日（金）

お父さんいつもありがとう。
父の日のプレゼントを
作りましょう。

*材料の都合上、10組
までとさせていただきます。
お電話等で予約
してください。



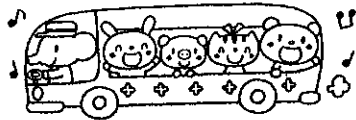
6月生まれのお誕生会をしましょう！
手作りおやつの試食会

6月25日（火）

6月生まれのお友達のお祝いをしまし
ょう。管理栄養士まゆこ先生の手作りおやつ
を食べながらおしゃべりしませんか？

*準備の都合上10組までとさせていただきます。
お電話等で予約してください。





移動動物園「プチZOO」がやってくる！

5月28日(火) 10:00～11:30 雨天後日 (日程はHPまたはお問い合わせください。)
じきょうほいくえん 園庭にて

今年も移動動物園「プチZOO」がやってきます。
やぎ、ひつじ、モルモット、うさぎ、小鳥などいろんな動物がいっぱい遊びに
きますよ♪ えさやり体験もできますので、ぜひ遊びにきてくださいね。

<えさについて>

果物や野菜の細長く切ったものを牛乳パックなどに入れてお持ちください。

× たまねぎ、ピーマン、パン、匂いの強い草や野菜、きのこ類
ビニール袋や紙袋の使用は控えてください。

<服装>

汚れてもいい服&必要に応じて着替えをお持ちください。



<注意事項>

小さいお子さんの見学は、保護者の責任のもとでお願いいたします。
発熱のある方、動物アレルギーの方、3歳未満の方はふれあいをご遠慮ください。



園庭開放

平日10～16時 お天気のよい日は園庭を開放しています。お子さんに必要なものを持って遊びにきてください。



一時保育

短時間でも1日でも一時預かり致します。詳しくはHPもしくはお電話でお問い合わせください。要予約です。

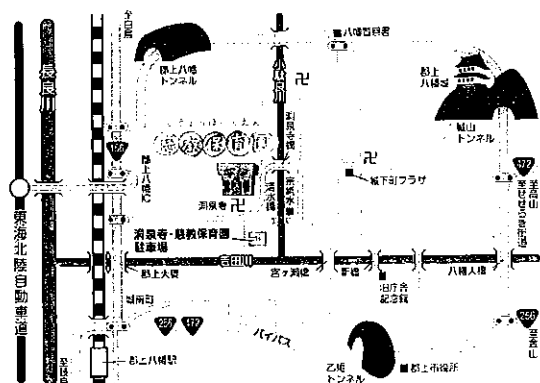


育児相談

子育ての悩み、お子さんの様子で気になることなど、ご相談ください。



ほいくえんの地図



八幡町尾崎町 67-0291



ホームページもみてね！ www.jikyo.ed.jp

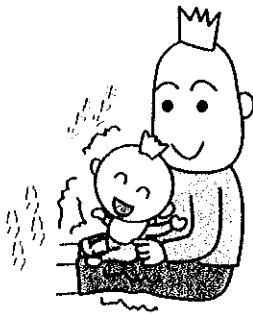
サロンの予定やお知らせを掲載しています。

ブログ「じきょう日誌」もあるのでみてくださいね。「じきょうほいくえん」で検索！

※駐車場についてのお願い

保育園下の駐車スペースは、バス及び緊急時車両用スペースとなっております。お車でおいでの際は、向かい側の駐車場もしくは洞泉寺・じきょうほいくえん駐車場をご利用ください。

親子でふれあいあそび！



顔が見える向かい合わせ
でもいいですね！

足の上に子どもを乗せて、歌にあわせてがたがた揺らします。

♪バスにのって♪

バスにのってゆられてる ゴーゴー

バスにのってゆられてる ゴーゴー

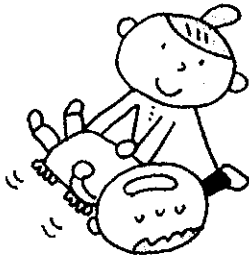
そろそろ みぎにまがります 321 キキィー

(2番 ひだりにまがります 321 キキィー

(3番 ガタゴトみちです 321 ガタガタ

(4番 とまりーまーす 321 ぎゅっ

*せんろは続くよどこまでもなど、乗り物の歌に合わせていろいろ遊べますよ！



こちょこちょは、子どもが
大好きなあそびですよ～

♪いっぽんばし♪

いっぽんばし こちょこちょ

たたいてつねって かいだんのぼって

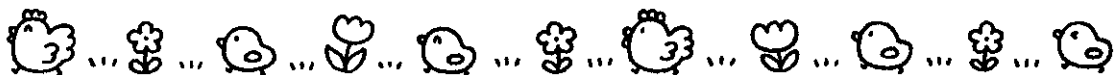
こちょこちょ～！！

*かいだんのぼって おりてきて…

かいだんのぼって おりてきて…

と何回か繰り返しても

おもしろいですよ～



4月・5月のサロンの様子をお知らせしますね♪

25年度子育てサロン「コアラの親子」が始まりました。

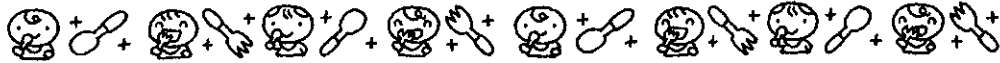
はじめての保育園にちょっと緊張気味な子もいましたが、お歌に合わせてニコニコ。
ミッキー体操は、お母さんの方がちょっとお疲れ！？でしたね（笑）

子どもたちは少しずつ慣れて、お友だちと一緒にままごと遊びしたり
マットでジャンプしたり！元気に遊んでいましたよ。

製作あそびは絵の具にちょっととまどいながら、お母さんと一緒に
ポンポン。かわいいこいのぼりができました。

お母さんとお子さんが楽しめる時間をこれからも
計画しますので、気軽に参加してくださいね。





子どものおやつ

◎おやつは第4の食事！

小さい子どもは一度に食べられる量が少ないため、3回の食事で補えない栄養素や水分の補給と、それから「楽しく食べる！」という気持ちの面からもおやつは大事な役割を持っています。



◎おやつの量や回数は？

1～2歳は午前と午後の2回、3歳以上は午後の1回、1日の食事の10～20%が目安です。

大人と比べて
子どもは結構なエ
ネルギー量が必要
としていると思い
ませんか？

	1日のエネルギー	おやつのエネルギー
1歳～2歳	1200kcal	120～240kcal (午前午後合わせて)
3歳～5歳	1550(男) 1500(女)	155～310 150～300
30歳	2000(女)	

エネルギーの目安

・おにぎり小1個	100kcal
・バナナ中1本	80kcal
・トマト半分	10kcal
・ビスケット3枚	40kcal
・ボーロ20粒	40kcal
・牛乳150cc	90kcal
・野菜ジュース150cc	50kcal

水分はそれ以外の時間にも必要ですが、おやつ以外の時間の水分は水かお茶にしましょうね。

◎気をつけたいこと

*おやつの選び方

市販のお菓子は大人も食べてみて、なるべく薄味のもの(塩気・甘味・刺激物の少ないもの)を選び、袋ごと渡さず適量を取り分けるようにしましょう。

小さいおにぎりやバナナやりんごなどの果物、牛乳やヨーグルトは簡単に準備できます。夏はトマトやきゅうりもいいですね。いろんなものを楽しんで食べるようにしましょう。レシピを通信でも紹介しますので、ぜひ手作りおやつにも挑戦してくださいね。



*ごはんの妨げにならないように！

おやつの分量と食べる時間に気をつけ、だらだら飲み食べないように、お片づけの声かけや、他の遊びに切り替えるなどして切り上げましょう。

大人がおいしいそうに食べるものは子どもも気になるものです。子どもの前では大人もお菓子の食べ方に気をつけましょうね。



子どもと一緒に
おやつづくり！
も楽しいね♪