



晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多いこの時期ですが、雨上がりの園庭には大きな水たまりができて、小さな生き物たちが嬉しそうに顔をのぞかせたりすることでしょう。

また、色とりどりの紫陽花や草花にふれるなど、この季節ならではの体験もできると思います。雨が降るとつい家に引きこもりがちですが、傘を持ったり長靴を履いたりして外に出てみてはいかがでしょうか。素敵な出会いが待っているかもしれませんよ。

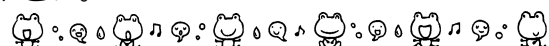


参加できるお子様

就園までのお子様に参加できます。

時間 9時～14時

お子様の生活リズムに合わせて都合の良い時間に利用して下さい。



妊婦開放日

妊婦さんもいつでも参加できます。生後間もない赤ちゃんにふれたり、先輩のお母さんから話を聞くなど赤ちゃんが生まれてからの生活のプレ体験のようなことが出来る場になるといいですね。お近くに妊婦さんがおられたら是非、お声をかけてあげて下さい。

行事予定

2日 子育て相談日

12日 ふれあい遊び

25日 誕生日会

19日 歯の勉強会



園主催で実施する歯科衛生士さんによる講演会です。
是非、ご参加ください

6・13・20・27日

園開放日 9時半～11時

親子リフレッシュ体操教室

ベビークラス

11日(水) 弥栄こども園

講師：竹本 七美

キッズクラス

18日(水) かぶと山こども園

講師：小森 直子



歯と口の健康週間（6月4日～6月10日）

6月の4日～10日は歯と口の中の健康を見直す一週間。もともと、6月4日が6(む)4(し)と読めることから、6月4日を虫歯予防デーとしていたのが始まりだそうです。

子どもの歯を守るためのポイント

①だらだら食べをさせない

だらだら食べは、口の中に糖分がある時間が長くなるため、それだけ虫歯のリスクが高まります。子どもに食事やおやつを与える際には時間を決めることが大切です。

②仕上げ磨きは最後の永久歯が生えるまで続ける

子どもが一人で歯みがきができるようになって、うまく磨けないために歯垢や歯石が作られてしまいます。

③よく噛む食材を取り入れる

よく噛むことで唾液の分泌が促され、口の中の細菌や食べかすを洗い流せるためです。また、あごの発達を促したり噛む力を高めたりすることにもつながります。

例えば、リンゴや人参、大根、ごぼう、赤身肉、鶏むね肉などはよく噛まなければ飲み込めません。子どもが飽きないように様々な食材を使用して、日々の献立を考えてみましょう。



簡単！かみかみレシピの紹介！

さきいかときゅうりのかむかむサラダ

☆噛めば噛むほど旨味が出るので
咀嚼回数が増えますよ！

＜作り方＞

さきいか 20～30g

きゅうり 1本

人参 5cm

※キャベツなど入れてもOK

酢 大さじ2

砂糖 大さじ2

- ①きゅうりと人参は千切りにして、人参は2～3分熱湯でゆでる
- ②さきいかは小さくちぎり、食べやすい大きさにする
- ③ボウルに①②と調味料を入れて混ぜる
- ④2～3分置いて馴染ませたら完成

参考文献：子どもの噛む力を育てる10分レシピより

絵本の紹介～親子で楽しいひとときを～

＊0歳・1歳・2歳の赤ちゃんとのふれあいに＊
スキンシップには「覚醒」と「リラックス」があります。
「ぎゅ」は「リラックスのスキンシップ」。
興奮をしずめ、不安を減らすので
特におやすみ前・寝かしつけの際におすすめです。



『ぎゅ』
はるな檸檬 著・イラスト
山口創 監修

文響社ホームページより