

# 5月げんき H28.5 仙台保育園

やわらかな日差しの中、保育園のこいのぼりも泳ぎだし、新園舎での生活も早一ヶ月が過ぎました。

緊張したり不安な姿を見せていたお子さんの姿に、保護者の方々も後ろ髪を引かれる思いだったのではないのでしょうか？しかしながら、日ごとに新しいクラスでの生活や、担任にも慣れ担任やお友達と元気に飛び回る姿が見られる様になってきましたので、どうぞご安心ください。

さて、5月と言えばゴールデンウィークですね！お出掛けの予定を立てているご家庭は無理をせず、ゆったりとしたプランで楽しい連休をお過ごし下さい。



## 行事予定

### <5月>

9日(月) すみれ、すずらん  
たんぼぼ わらべうた  
11日(水) 父母の会役員会  
17日(火) 誕生会  
26日(木) 親子遠足  
(ちゅうりっぷ・さくら・ひまわり)

### <6月>

6日(月) ひまわり、さくら、ちゅうりっぷ  
わらべうた  
7日(火) 歯科健診  
15日(水) ひまわり保育参観懇談会  
16日(木) さくら保育参観懇談会  
18日(土) 布団乾燥  
21日(火) 誕生会  
24日(金) ちゅうりっぷ保育参観懇談会  
27日(月) 観劇会「小さいお城」



### <お知らせ>

- ・ひまわり組とちゅうりっぷ組のお友だちが、お家の都合で退園しました。元気でね～！
- ・ひまわり組に新しいお友だちが仲間入りしました。よろしくお祈いします。
- ・育休中の高瀬美香保育士が、5月よりすみれ組担任として復帰しました。よろしくお祈いします。



## 一ヶ月を過ぎての各クラスの様子をご紹介します！

### <すみれぐみ>

みんなはじめましてのすみれぐみさん。初めての場所、先生にエーンエーン涙が止まりません。でも少しずつハイハイや腹這いで元気に身体を動かして遊んだり笑顔も見られる様になってきましたよ。もっともっと先生と仲良しになって楽しく過ごせると良いですね♪

### <すずらんぐみ>

新しく10名のお友達が入り、18名でスタートしたすずらんさん。環境が違うからか、泣いてしまうこともありましたがだんだんと慣れてきたのか笑顔も見られるようになってきました。たくさん遊んで、たくさん食べて、楽しい思い出をいっぱい作っていきたいと思います。

### <たんぼぼ>

新入園児を6名迎えスタートしたたんぼぼ組。晴れた日には公園に行き、アリの観察、たんぼぼの冠…春の自然を存分に楽しんでいきます。お友達と手を繋いで歩くのも練習してます。

### <ちゅうりっぷ>

新しいお友達や先生にも慣れてきて、毎日にぎやかに過ごしているちゅうりっぷさん。広～い園庭で鬼ごっこをしたり、ジャングルジムに登ったりと戸外遊びが大好き！！初めてのお当番活動やたてわり活動が始まり、ちょっぴりドキドキ。そして、わくわく。少しずつお兄さん、お姉さんの顔をのぞかせています。

### <さくら>

広い園舎、広い園庭に大喜びの子ども達。とにかくどこでも走っています(笑)室内では、足音が響くようで、今は静かに歩く練習中です！！新しい色えんぴつや粘土をもらったり、ジャングルジムは4段まで登れるようになったりと、ひとつ大きいクラスに進級したことを喜んでいるさくらさんです。

## 今日も元気！



元気な1日は

### 朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

- ①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ！  
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。
- ②たんぱく質で体温を上げる  
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。
- ③野菜を食べてビタミン補給  
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ！



～学研健康だより春夏秋冬より～