つばさ

平成２８年５月
仙台つばさ荘　３１７号

＝今月の予定＝

３日（火）　憲法記念日
４日（水）　みどりの日
５日（木）　子どもの日
１２日（木）　母の会
１７日（火）　報知器点検
２８日（土）　学区民運動会
３０日（月）　学区民運動会振替休日

事務室より

＊アンケート調査のご協力ありがとうございました。
＊１７日（火）報知器点検を実施します。
詳細は掲示板を確認してください。
＊６月に健康診断と衛生点検を予定しています。
＊１６日（月）より保育実習生が来ます。宜しくお願いします。

保育室コーナー

今回は『便秘』がテーマ。
原因・症状・対処方法についてお話します。
①原因…今の時期だと環境の変化（新しいクラスや担任が替わる）も理由の一つとして挙げられますね。トイレトレーニング中便秘になるお子さんも多いです。その他にも食生活、ストレス、運動不足。大人にとって些細な事でも子どもにとっては大きな原因になる事があります。
②症状…うんちが硬いと肛門が切れ、出血する事もあります。発熱や吐き気の症状が出てくる事もあります。排便する＝痛い→トイレに行かない→便が溜まる→我慢するが悪循環。変化にすぐ気付けるように排便日を把握しておきましょう！
③対処法…**こまめな水分補給をして野菜類、海藻、豆類、乳製品が含まれた食事を摂る。**食事の時間を決め、効果的な食材をしっかり噛んで食べる事で腸内の悪玉菌の増殖を抑えます。プラスしてお腹のマッサージも親子のスキンシップで良いですね。
簡単にお話ししましたがすべてに共通して言えるのは規則正しい生活を送るが便秘解消の１番の近道です！詳しく知りたい方は保育室まで☆それ以外のお悩み等も気軽に声を掛けて下さいね。

ありがとうございました

５月８日　母の日
花キューピット宮城支部さんより、フラワーアレジメントを頂きました。２階踊り場の棚の上に飾ってあります。

５月９日　アイスクリームの日
江崎グリコさんより、アイスクリームを頂きました。親子で仲良く食べてくださいね♪

子ども会

新１年生を迎えての子ども会がスタート！！
新入生歓迎会では、男の子と女の子に分かれてのまちがいさがしゲームやクイズを行ないました。
昼食会では、『目玉焼きのせ焼きそば』を作りました。みんな上手に卵を割って目玉焼きを作れましたね！！みんなで野菜を切って炒めて、楽しく作り、美味しくできました♪
今年のお花見は、青葉神社に行ってきました。桜は満開を過ぎていましたが、お花見を満喫してきました！！
その他に、映画館や五月人形飾り等、今年度も子ども会が盛りだくさん。楽しい思い出をいっぱい作っていこうね(^^)

子ども会の文集、「なかよし」が完成しました！！
２７年度の子どもたちの思い出がびっしり詰まっています。

５月の子ども会活動予定
１１日（水）外活動
１８日（水）おやつ作り
２５日（水）青葉神社祭り
３０日（月）（振替休日）昼食会・製作活動