



4月のほいくしょだより

令和6年4月1日 東広島市立風早保育所

入所・進級おめでとうございます！

子ども達の健やかな成長を喜ぶかのように、風早の桜、園庭の花の色、樹木の緑が、新年度の春を彩っています。喜び、うれしさ、期待、そしてちょっぴりの不安や緊張を心に子ども達は新しい生活のスタートをきりました。子ども達と一緒にワクワクを体験しながら、成長を支えていきたいと思います。

1年間どうぞ よろしくをお願いします。

お知らせとお願い



※環境が変わって疲れやすくなっています。

早寝早起きなど、生活リズムを整えていきましょう。

※お子様の安全のため、門の出入りの際は上下の施錠をしてください。

※お休みや登所が遅くなる場合、キッズリーを使って連絡されるか、電話で9時30分までに必ず連絡をお願いします。

※新年度は特に、迷子の品物をたくさん見かけます。持ち物には全て名前を書いてください。洗濯して名前が薄くなっている物がないか、もう一度、確認をお願いします。

※4/12(金)の保育参加と保護者会総会に「保育所のしおり」をご持参ください。また、スリッパは各自、ご用意ください。



<異動のお知らせ>

小田 清恵 乃美尾保育所より
長谷 かなえ 三津保育所より
よろしくお願いします。

土本 里美 小谷保育所へ
吉川 友恵 中黒瀬保育所へ
河原橋 優佳 板城西保育所へ
お世話になりました。
ありがとうございました。



4月の行事予定

4日(木) 入所・進級を祝う会
5日(金) 身体計測
9日(火) 歯科検診 13:00~
10日(水) 避難訓練
11日(木) 交通安全指導
12日(金) 保育参加・総会
16日(火) 不審者対応訓練
17日(水) 内科検診 13:30~
19日(金) 誕生会
26日(金) 春の遠足



《職員紹介》

所長	重光 智恵美
保育主任	小田 清恵
青・黄・桃組担任	長谷 かなえ・日浦 真奈美
赤組担任	荒谷 茉里
フリー	武田 喜久江(シニアスタッフ)
給食調理員	郷呂 弘美(開所延長)
年休代替保育士	久保 優子
年休代替調理員	杉本 佳代子・松浦 幸子・山形 ゆか
	宮田 とき子・今出 晴美・安永 佳世

1年間よろしくお願いします。



2024年 4月
東広島市立
風早保育所



☆19日(金)は誕生会です。
ごはんはいりません。箸だけ
持ってきてください。

☆26(金)は遠足です。おかず
や果物を入れ、お子さんが食
べられる量のお弁当を作っ
てください。おやつは、保育
所で用意します。

☆15日～18日は市制50周年
給食ウィークになっていま
す。50年前の給食を取り入
れています。

日	曜日	こんだて	9じのおやつ	3じのおやつ
1	げつ	かれーらいす つなさらだ いちご	くっきー	ふる一つよーぐると
2	か	じゃがいものそぼろに すみそあえ かんきつるい	せんべい	こーんふれーくすなっく
3	すい	しろみさかなのまりね あらめのいりに ぱいなっぷる	ぼーろ	おにぎり
4	もく	にくだんごのすーぷに やさいのさっぱりあえ ももかん	びすけっと	いちごばばろあ
5	きん	とりのからあげ ぐだくさんじる ばなな	ぜりー	こーんちーずばんけーき
6	ど	にくどうふ わふうさらだ ぱいんかん	くっきー	せんべい
8	げつ	やさいたっぷりまーぼー ちゅうかあえ かんきつるい	せんべい	いりこすなっく
9	か	さかなのぼてとやき にらたますーぷ いちご	びすけっと	こめこむしばん
10	すい	ぶたどん いそさらだ ぱいなっぷる	ぼーろ	みにあめりかんどっぐ
11	もく	ごもくやさいのにもん きゃべつのすのもの ばなな	うえはーす	にんじんどーなつ
12	きん	はやしらいす つなとこーんのさらだ みかんかん	くっきー	おにぎり
13	ど	ぶたにくとやさいのみそいため きゃべつのどれっしんぐあえ ばなな	ぜりー	びすけっと
15	げつ	はむかつ すましじる かんきつるい	びすけっと	とうにゅうくずもち
16	か	さかなのたつたあげ かれーしちゅー ぱいなっぷる	ぼーろ	やきおにぎり
17	すい	そふとめんみーとそーす ふれんちさらだ ばなな	せんべい	あげばん
18	もく	さけのしおやき きりぼしだいこんのすのもの ももかん	くっきー	つなとぼてとのおやき
19	きん	たんじょうかいおたのしみめいゅー	うえはーす	よーぐると
20	ど	やきそば きゅうりのあえもの みかんかん	せんべい	くっきー
22	げつ	えいようあげ じゃーまんぼてと ぱいんかん	くっきー	にんじんぜりー
23	か	さわらのこうみに ぼてとさらだ ばなな	びすけっと	とうふあげぼーる
24	すい	うまに こまつなともやしのあえもの かんきつるい	ぼーろ	かりんとう
25	もく	ひれかつ とうふのみそしる ぱいなっぷる	うえはーす	くっきー
26	きん	はるのえんぞく		
27	ど	あつあげのちゅうかに こんそめすーぷ ももかん	みにぜりー	せんべい
30	げつ	こめこととうにゅうのしちゅー ほうれんそうのごまあえ ぱいなっぷる	くっきー	ふる一つぜりー

3才以上児 エネルギー 538kcal
タンパク質 21.7g
食塩 1.5g
3才未満児 エネルギー 523kcal
タンパク質 20.9g
食塩 1.4g



4月のほけんだより

令和6年4月 風早保育所

ご入所、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え一つ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会いことができ、とても嬉しく思います。子ども達が元気いっぱい過ごせますよう「ほけんだより」を年4回発行いたします。どうぞよろしくお願いいたします！

気になるときは…伝えてください

お子さんの様子で気になることがあれば、登所時に保育者に知らせてください。次のような観点で伝えていただくと保育所での対応の参考になります。

□どこが気になるのか

- いつもの状態がどうで、それと今はどう違うか
- お子さんが言った言葉
- 朝の家庭での様子など



□当日の連絡先

何か変化があった時にすぐ連絡がつくように、ご登録の緊急連絡先と違う場合は必ず教えてください。



□保育所での

過ごし方について

外遊びは控えてほしい等要望がある場合は、お伝えください。

※やむをえずご要望に沿えない場合もありますので、その時は相談させていただきます



□家庭での対応

- 〇時に検温したら△℃だった
- 少し強く叱ってしまったなど



年間保健行事予定

＜毎月＞月初めに 身体計測

- * 毎月初めに子どもの身長と体重を測ります。計測結果は、連絡ノートに記入します。
- * 髪の毛を結んでいる場合は、頭の上でなく横で縛るようにしてください。
- * 当日お休みの場合は、後日測定します。



＜4月・10月＞・内科検診 ・歯科検診

＜6月・10月＞・尿検査 ・胸囲測定

嘱託医

内科 神田医院 炭田 澤子先生

歯科 いとう歯科クリニック 坂本 初恵先生

つめを切って清潔に

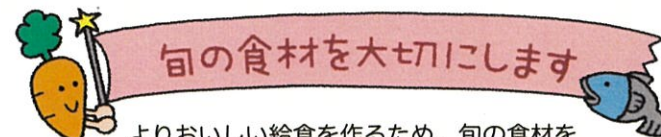
つめが伸びていると、つめと指の間にばい菌が繁殖しやすくなります。また、乳幼児のやわらかい肌を傷つける危険性もありますので、つめは、こまめに切るようにしましょう。





4月の食育だよ!

令和6年4月
風早保育所



よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物、魚介類は旬のものほど味が良く、その時期に人間に必要な栄養素をたっぷり含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。



ご入所、ご進級おめでとうございます。4月からお部屋の移動や新しい先生など環境が変わり、涙が出る子もいます。早く保育所生活に慣れ、お友達との食事が待ち遠しくなったりほっとする時間になるように願っております。

給食は子ども達が好きな味を多く取り入れ、楽しい保育所生活が送れるきっかけになるよう心がけています。また野菜の栽培や、毎月行うクッキングを通して「食」への意欲や関心を育てていきます。ご家庭と連携を取りながら進めていきたいと思ひます。食に関する情報を食育だよりで年4回発行しますので参考にしてください。

「こ食」ってなに?

家族で食卓を囲み、同じものを食べて「おいしいね」と会話しながら食事をするのは、心身ともに健康に過ごすうえで大切なことです。「こ食」について考えてみましょう。

- 孤食…一人で食べる
- 個食…一人ひとり違うものを食べる
- 固食…同じもののばかり食べる など



☆コーンチーズパンケーキ☆

材料(保育所4人分)

- ・ホットケーキミックス 80g ・牛乳 75g
- ・コーン 40g(缶詰でもいいです)
- ・チーズ 30g(スライスチーズでもピザ用チーズでも何でもよいです)・油

作り方

- ① ホットケーキミックスと牛乳を混ぜる
- ② コーンは水気をきる
- ③ チーズは角切りにする
- ④ 全部混ぜ合わせて油をひき、焼く

☆保育所でも出しています



食事で花粉症の症状を抑える!?

最近、子どもにも花粉症が目立ちます。免疫機能の乱れからくるアレルギーの症状ですが、その乱れを食事によって身体の内面から抑えることができるといわれています。

- ビタミン、ミネラル、ポリフェノールを多く含む野菜類をたっぷり食べる
- 症状を抑えるDHAやEPAを多く含む青魚を積極的に食べる
- 症状を誘発する甘い物や肉類はほどほどに
- 規則正しい食生活で身体にストレスをためない

子どもと一緒に朝ごはん

おうちの方が朝ごはんを食べないと、お子さんも朝ごはんを食べない割合が高くなる傾向があります。家族と一緒に朝ごはんを食べることで、お子さんの食欲もわきます。

家族みんなで、朝ごはんや就寝・起床時間などの生活習慣を見直してみませんか?



朝ごはん 3つのスイッチオン!



脳のスイッチ

ごはんやパンに含まれる炭水化物は体内でブドウ糖になり、脳のエネルギー源になります。



体のスイッチ

朝ごはんを食べると体温が上がって、午前中から元気に遊べるようになります。



おなかのスイッチ

朝ごはんを食べることで、胃や腸が動いて排便のリズムがつくられます。

