



令和7年4月1日風早保育所

ご進級おめでとうございます！

暖かい春の風とともに、新しい年度がスタートしました。おにいさん・おねえさんになった子どもたちは、笑顔が一段と輝いています。日ごろの遊びを通してたくさんのかたちを経験し、成長していく子どもたちを、職員一同、応援していきたいと思ひます。一年間よろしくお願ひいたします。



4月の行事予定

- 3日(木) 身体計測・歯科検診(13:00～)
- 4日(金) 進級を祝う会
- 9日(水) 内科検診(13:00～)
- 11日(金) 保育参加・保護者総会
- 14日(月) 避難訓練
- 15日(火) 交通安全指導
- 16日(水) 不審者対応訓練
- 25日(金) お楽しみ会

※5月2日(金)に
春の遠足を予定しています

異動のお知らせ

原田 陽子 三津保育所より
山元 治子 板城西保育所より
池田 更枝 郷田保育所より

久保 優子 認定こども園御園宇幼稚園へ
重光 智恵美 退職
日浦 真奈美 退職
山形 ゆか 退職



- ★すべての持ち物になまえの記入をお願いします。子どもさんと一緒に確認されるのもいいですね。
- ☆お休みや登所が遅くなる場合、必ず9時30分までにルクミーや電話での連絡をお願いします。
- ★歯科検診(3日)、内科検診(9日)です。検診がありますのでお休みされないよう、お願いします。
- ☆子どもたちの安全のため、門の出入りの際は上下の施錠を必ずお願いします。
- ★4/11(金)は保育参加と保護者総会があります。保育参加は子どもたちと体を動かす活動を行いますので、動きやすい服装でお越しください。詳細は後日案内します。
- 保護者総会は「保育所のしおり」をご持参ください。また、スリッパは各自、必ずご用意ください。

職員紹介

【所 長】 原田 陽子
【保育主任】 小田 清恵
【青・黄・桃組】 荒谷 菜里・山元 治子
【フリー】 長谷 かなえ
武田 喜久江(シニアスタッフ)
郷呂 弘美(開所延長)
【給食調理員】 池田 更枝(シニアスタッフ)
【年休代替保育士】 杉本 佳代子・松浦 幸子
【年休代替調理員】 宮田 とき子・今出 晴美
安永 佳世

一年間よろしくお願ひします





2025年4月
東広島市立
風早保育所



☆25日(金)はお楽しみ会です。

ごはんはいりません。

箸だけ持ってきてください。

☆5月から世界各国の料理が登場します。その国の料理の特徴や食事のあいさつ等を子ども達に伝えていこうと思います。

☆毎月19日には食育の日です
和食のメニューを提供します。

日	曜日	こんだて	9じのおやつ	3じのおやつ
1	か	かれーらいす つなさらだ いちご	ぼーろ	ふる一つみっくす
2	すい	とりのからあげ すましじる ばなな	びすけっと	おにぎり
3	もく	きつねうどん すのもの かんきつるい	みにぜりー	いちごばぼろあ
4	きん	しろみさかなのやきまりね あらめのいりに ぱいナップる	せんべい	こめこむしばん
5	ど	あつあげちゃんぶるー なます ばなな	くっきー	せんべい
7	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 ぱいんかん	びすけっと	ぶどうぜりー
8	か	さかなのぼてとやき にらたますーぶ いちご	くっきー	こーんちーずぱんけーき
9	すい	ころころころっけ みそしる ぱいナップる	みにぜりー	かつおぶしおにぎり
10	もく	ごもくやさいのにももの きゃべつのすのもの ばなな	せんべい	どーなつ
11	きん	ぶたどん いそさらだ かんきつるい	ぼーろ	ぷりん
12	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 みにぜりー	うえはーす	くっきー
14	げつ	えいようあげ じゃーまんぼてと かんきつるい	せんべい	さくらいろくっきー
15	か	かつおのたつたあげ とまとすーぶ ぱいナップる	くっきー	やきおにぎり
16	すい	にくだんごのすーぶ やさいのさっぱりあえ ばなな	びすけっと	あげぱん
17	もく	はやしらいす ふれんちさらだ かんきつるい	ぼーろ	つなとぼてとのおやき
18	きん	さけのしおやき きりぼしだいこんのにももの ももかん	みにぜりー	まかろにあべかわ
19	ど	やきそば きゅうりのあえもの ばなな	せんべい	びすけっと
21	げつ	みーとぼーる こんそめすーぶ ぱいんかん	うえはーす	にんじんぜりー
22	か	さわらのこうみに ぼてとさらだ かんきつるい	せんべい	とうふあげぼーる
23	すい	うまに こまつなともやしのあえもの みにぜりー	びすけっと	おにぎり
24	もく	ひれかつ とうふのみそしる ぱいナップる	みにぜりー	しかくいさんらいず
25	きん	おたのしみめにゅー	ぼーろ	ふる一つよーぐると
26	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
28	げつ	いたりあんすばげてい こんさいさらだ かんきつるい	うえはーす	ふる一つぜりー
30	すい	とうふのどらいかれー こーんさらだ ももかん	みにぜりー	じゃこおにぎり

		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
3歳以上児	給与栄養量	547	21.8	16.3	1.5
	栄養目標量	574	23	17.2	1.6
3歳未満児	給与栄養量	502	20.2	16.3	1.4
	栄養目標量	475	19	14.8	1.4



ほけんだより 春号

令和7年4月 風早保育所



進級おめでとうございます。暖かい日が増えてすごしやすくなりました。お友だちと健康で楽しく過ごせるよう、職員一同見守っていききたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



衣類のチェックをお願いします

暖かくなって外遊びの時間が長くなり、汗をかいて着替える回数が増えてきます。服がきついと脱いだり着たりしにくいですし、大きすぎる服は体の動きを妨げます。着替えのときには、サイズを確認するようお願いします。

髪止め

紙を結ぶゴムは、飾りのないシンプルなもの

洋服

首回りやそでに余裕があるほうが better

靴のサイズ

つま先に 5mm~1cm程度の余裕があるものが best

脱ぎ着しやすく、暑くなりにくいというメリットも。



登園前の健康チェックをお願いします

体力がついてきて感染症にかかる回数は少なくなりますが、まだ自分の体調を的確に表現できません。ちょっとした不調のサインを見逃さないようにしましょう。また、トイレが自立すると、うんちの回数や状態を把握しにくくなるので注意してください。

病気のサインはないですか

- 目** 目やにや涙が出る、充血している など
- 鼻** 鼻水、鼻づまり、口呼吸 など
- 皮膚** ボツボツが出ている、はれている など
- うんち** 回数や性状、においがいつもとちがう など



□「疲れた」「痛い」と言う

おしゃべりが上手になっても、自分の体調を適切に言うのはまだまだ難しい年齢。腹痛ではないが具合が悪いときに「おなか痛い」と言ったり、だるいことを「疲れた」と言ったりすることもあります。

□姿勢が悪い

背中がぐにやりとまがっている、ほおづえをつく、なんとなくしょんぼりしている…などは、疲れがたまっているサイン。体調不良の入り口と考え、早めに休息をとりましょう。

□けんかが増える

大好きな遊びをすぐにやめてしまう、友だちとのけんかが増えるのは、心の元気が減っているサインです。

こんなサインに注意！



4月の食育だよ！



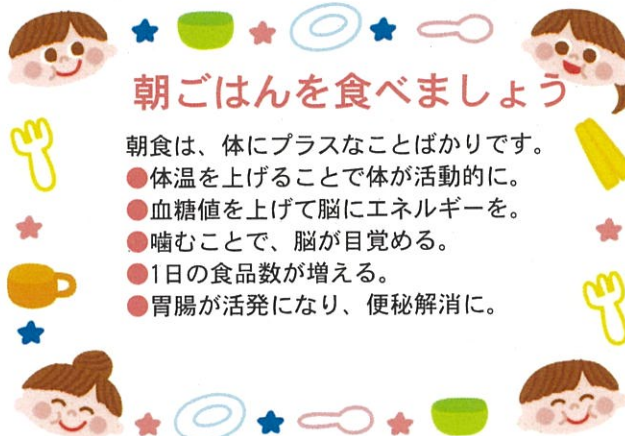
令和7年4月
風早保育所

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。

バランスのよい食事を (一汁三菜のすすめ)

栄養バランスの乱れた食事を続けていると、免疫力や抵抗力が落ちてしまいます。風邪や病気を寄せつけない、健康な体づくりのためには、バランスのとれた食事を続けることが大切です。健康な食生活の基本は「一汁三菜」から。注意したいのは、おかず3種の調理法や食材が重ならないこと。子どもたちが健康な体で過ごせるよう、ご家庭でもご協力をお願い致します。



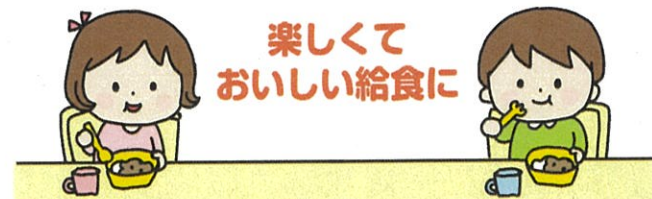
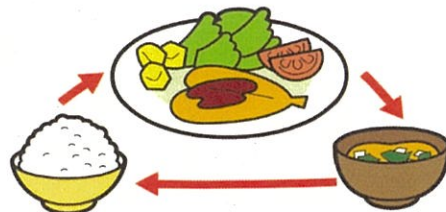
朝ごはんを食べましょう

朝食は、体にプラスなことばかりです。

- 体温を上げることで体が活動的に。
- 血糖値を上げて脳にエネルギーを。
- 噛むことで、脳が目覚める。
- 1日の食品数が増える。
- 胃腸が活発になり、便秘解消に。

三角食べのすすめ

ひとつのお皿の料理を食べ終わってから次の皿へと、「ばっかり食べ」をしている子が多く見られます。苦手な物には手をつけないで残したり、好きなおかずだけでおなかいっぱいにならないよう、バランスよく順番に食べる「三角食べ」(ご飯⇒汁物⇒おかず⇒ご飯…)ができるように、ご家庭でも声かけをお願い致します。

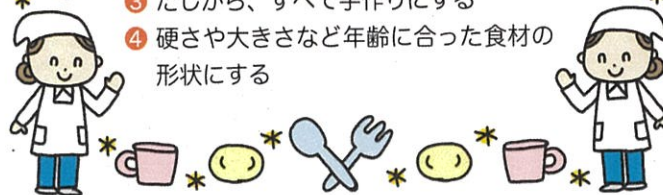


楽しくて
おいしい給食に

子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食作りをしています。栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、こだわりを持って作っています。

こだわりポイント

- ① 旬の食材を使う
- ② 添加物や農薬に気をつけて食材を選ぶ
- ③ だしから、すべて手作りにする
- ④ 硬さや大きさなど年齢に合った食材の形状にする



食事の正しい姿勢って？

正しい姿勢で食事ができるように、食事環境を見直してみましょう。テーブルやイスの高さが合っていないと足をブラブラしてしまうなど、食事に集中できません。足の下に台を置くなどして、ふらつかないようにします。また、子どもの視界におもちゃなど気になるものが入らないように片づけることも大切です。

テーブルは手のひから下が自由に動かせる高さに



背中がくっつかないようにクッションなどを入れても

イスの高さは足の裏が床にしっかりとつく位置に