

入園  
進級



H31



# 保健だより

愛の泉保育園 看護師:高志武紀子

当園では、市が推進している歯を強くするフッ化物洗口を、3～4・5歳児のクラスでH20年から実施しています。今年から開始する3歳児クラス全員と4・5歳児クラスの新入園児を対象に説明会を行います。ぜひ御参加下さい。



## フッ化物洗口 説明会

対象:3歳児(うさぎ組)・4歳児の新入園児(きりん組)  
説明会:4月4日(木)午後6時～6時30分  
同意書提出日:4月10日(水)まで  
開始日:5/7(火)からスタート

### ★ 4～6月の予定 ★

- 4/11(木)尿・ギョウ虫検査配布
- 5/16(木)内科検診13:30～(りす・ひよこ・ぱんだ)
- 5/23(木)内科検診13:30～(うさぎ・きりん)
- 6/13(木)歯科健診10:00～

### 3月の疾病状況

- ・発熱・・・11人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)
- ・しらみ・・・うさぎ組(2人)

### 早寝・早起き・朝ごはん

9時30分からラジオ体操、あいうべ体操、おなかの体操を継続、習慣化し、健康な体作りに努めています。早めに登園し、皆で楽しく健康活動を行いましょう！

### 生活リズム

新たな1年がスタートします。子どもの生活リズムを整えるのは、大人の責任です。

子どもの心身の発達と健康維持には、**よく眠り、よく食べ、よく体を動かす**という基本的習慣が大事です。お子さんがいきいき楽しく過ごせるよう生活リズムが身につくとよいですね。

#### 生活リズムが大事な理由

- 心身の発達、健康維持のため
  - 自律性・自己管理能力が身につく
- 生活リズムが整うことは、自分で考えて行動したり判断したりできる土台になります。

**早寝・早起き、  
頑張りましょう！**



## 愛の泉保育園 食育目標 好きな物も嫌いな物も 感謝していただきます

食べる事が好きで食べ物に興味を持ち、みんなと一緒に食べるお食事の時間が楽しみ！という気持ちを持つ事を目標としています。  
6月にうちなーくわっち一集会を開催、苗植え・収穫クッキング、お当番活動などを経験し達成感や感謝の気持ちを育んでいます。

### 4月の献立のポイント

- ・7日は浜下りです。園では5日のおやつに三月菓子を用意しています。
- ・人参・たけのこ・アスパラ・キャベツ・ごぼう・もずく等、春の食材を取り入れています。
- ・4月は環境の変化もあるので、人気メニュー、普段より食材カットを細かく・軟らかく煮る等子供たちが食べやすくなる様に工夫をしています。

\* お子さんの食事の事で聞きたい事があればいつでもご相談下さい。

## 食育だより

愛の泉保育園 栄養士 上地陽子

### 愛の泉保育園の給食の特徴

- ・冷凍食品や化学調味料は使っていません。
- ・沖縄県産食材を主に国産食材を使用する様にしています。
- ・味覚を育てる為に薄味を心掛けています。(愛の泉ファイトスープやかちゅー湯等実施)
- ・おやつは甘い物だけではなく、おにぎりや雑炊、サンドイッチ、ふかしじゃが芋、野菜天ぷらなども取り入れています。
- ・咀嚼力を強くする為に小魚やカミカ昆布、するめ、スティック野菜等も取り入れています。
- ・子ども達がいろいろな食経験が出来る様に行事食、季節感をだした楽しい給食です

### 今月のおすすめレシピ ブルーベリーマフィン

子供達に人気！生のブルーベリー入りのマフィンです。混ぜて焼くだけ簡単！各フロアーに準備しています。どうぞご自由にお取り下さい。また感想やリクエストもお待ちしていま～す(\*.~\*)