



## お知らせ

6/10(木) 歯科健診(10時～全クラス)  
 ※歯科の事で気になる事があれば担任にお聞  
 かせください。

先月は朝・夕は肌寒く昼は暑くて、その寒暖  
 差が、身体に影響を与える為、0～2歳児ク  
 ラスの子どもたちは発熱でお休みする子がいま  
 しました。

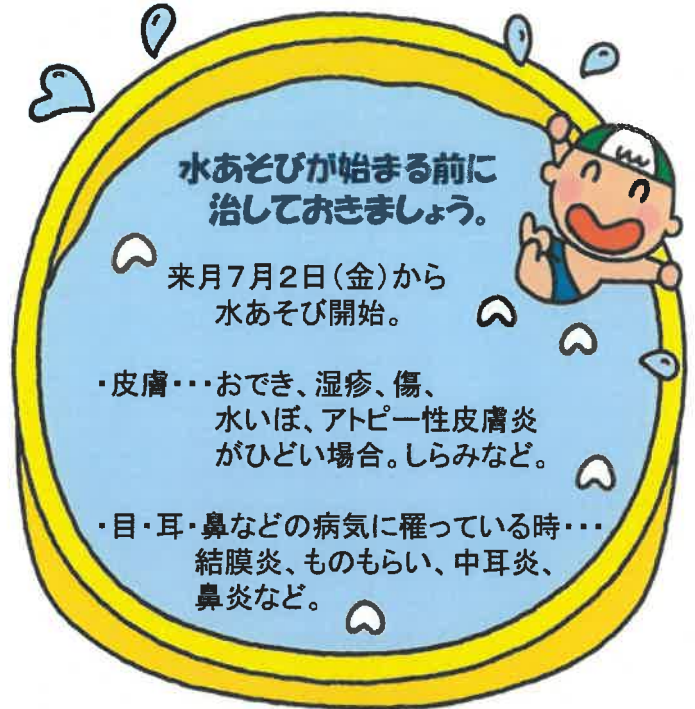
5～6月は梅雨の季節。じめじめとした環境に  
 なり、湿度・温度ともに高くなり、また天気の変  
 わりやすいこの時期は、もっとも体調を崩しや  
 すい時期でもあります。又、とびひやしらみも  
 出やすいので、皮膚の状態をきれいに保つ事  
 が大切です。

※水遊びができるように右記のような症状が  
 ある場合は担任と連携をとって早めに治すよ  
 うにお願いします。

少しでも体調が悪い時やお薬服用されている  
 場合、可能な限り、ゆっくりご家庭で休まれるこ  
 とが1番の薬です。無理をせずにお子様と一緒  
 にゆっくり過ごすことで体調を整える事も大事で  
 す。

# 2021年 保健だより

愛の泉保育園 看護師:高志武紀子



水あそびが始まる前に  
 治しておきましょう。

来月7月2日(金)から  
 水あそび開始。

- ・皮膚・・・おでき、湿疹、傷、  
 水いぼ、アトピー性皮膚炎  
 がひどい場合。しらみなど。
- ・目・耳・鼻などの病気に罹っている時・・・  
 結膜炎、ものもらい、中耳炎、  
 鼻炎など。

- ・発熱・・・10人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)
- ・下痢・・・りす(4人) ひよこ(3人) ・嘔吐・・・きりん(1人)
- ・ヘルパンギーナ・・・りす(2人)

## 6月の献立のポイント

・6月は歯の衛生週間です。噛む力を強くする  
 メニューを多く取り入れています。(小魚・大豆・  
 れんこん・ごぼう・フランスパン・スティック野菜等)  
 \* 噛むことで、だ液をたくさん出して、消化吸収を  
 良くし、むし歯や病気も予防できます。

・暑くなってきました。ゴーヤーやモウイ、冬瓜等の  
 沖縄の夏野菜を少しずつ取り入れています。

### よく噛むことを意識してみましよう!

発育段階に合わせて噛む力を育てましよう。  
 きちんと段階を踏むと、上手にカミカミごっくん  
 が出来るようになります

6か月頃⇒口を閉じてドロドロの物を飲み込む。

7～8か月⇒舌で押しつぶし、モグモグ(豆腐・プリン状)  
 舌で喉の近くまで食べ物を送る。  
 スプーンは口の奥まで持っていかない方が  
 良い。丸飲みしてしまいます。

9～11か月⇒舌で食べ物を歯ぐきの方へ送ってつぶす。  
 更に舌の上に集めて喉へ。

1歳～⇒前歯で噛み取り、奥歯で咀嚼する。

カミカミ出来るステック野菜(大根・胡瓜・人参・セロリ等)  
 小魚、大根やじゃが芋、人参等、柔らかく炊ける物は  
 大きくカットしてもいいですね。



## 6月 食育だより

愛の泉保育園 栄養士 上地陽子

### 6月19日は食育の日

(6月は食育月間)

愛の泉保育園ではうちなーくわっち一集会を  
 します! 各クラスで食べ物クイズをしたり、実際  
 のお野菜を触ったり、カットして断面を見たり、歌  
 をうたったり、子ども達が食べる事に興味を持て  
 るように楽しく過ごしたいと思います。



### 5月の行事食

こいのぼりカレーも  
 喜んで食べていました。  
 魚の型抜き人参も  
 かわいかったで～す!

### 今月のおすすめレシピ 赤しそジュース

赤しその季節ですね!

爽やかな酸味が夏バテ予防になります。  
 各フロアーに準備しています。どうぞご自由  
 におとり下さい。  
 感想やリクエストもお待ちしていま～す。