

ゆりかご
きっちゃん&ほけん だより
 ~2019年6月号~
<http://m-wakakusa.net/>



栄養士 阿部侑希子

◆食育より～5月限定！栄養満点食材のお豆は～？

前日の給食に出てきたお豆を見せると、どのクラスもしっかり「空豆」と覚えていました。この季節に毎年必ず1度は給食で出している空豆ですが、今回は“そらまめくんのベッド”という絵本を読んだ後に、空豆と絵本に出てくるえんどう豆の仲間たち（さやえんどうとスナップえんどう）のベッド（殻）を並べ、どれが空豆のベッドか当ててもらいました。外観だけでは確信が持てないようで、中をあけるとわかる！との声もあり、実際に中をあけて確かめると、絵本の通りそらまめくんのベッドは白くてふかふかしていました。触って確かめたい子も多くいて、興味を持って話を聞くことができました。給食で出た空豆は幼児クラスでは皮ごと食べる子も多くいて、むいて食べる子のほうが少ないようでした。好きか苦手かという点、苦手な子も多い空豆でしたね。特に乳児クラスではごはんに混ぜて食べている子が多かったようですが、この季節限定の食材でもなじみのあるものだとわかりました！保育園では今年度は1回の提供でしたが、ビタミン、食物繊維を多く含む、栄養満点の空豆です！ぜひご家庭でも食べてみてください～！

◆今年度初めてのクッキングがスタート！

ぎんが組は5月からクッキング保育がスタートしました。今年度最初のメニューは「パニーニ」でした。パニーニを知っている子は少なく、名前を聞いても思い浮かぶおやつではなかったようですが、実はひかり組の時に袋でナンを作ったことのあるぎんが組は粉から全て手作りで作りあげることができるのです！生地作りから、成形、焼きまで全ての工程を子ども達の手で行うことができるのはぎんが組ならではのクッキングだと思います。今回はひかり組の時のおさらいをしながら、ホットプレートを使って作りました。ホットプレートを使ったのも2月以来でしたが、注意事項をしっかりと覚えている子が多く緊張感を持ってできました。

生地作りでは、やはり子ども達の手は大人よりも温かいので発酵にはもってこいの温度で伸びの良い生地ができ、中にはみんな大好きハムとチーズ！焼きあがりもふっくらとおいしそうにできていました～！前半と後半のグループでお互いに試食をして、後半のグループは先に作ったグループの様子を見ているので、自分たちも上手にできるか不安もあり、負けられない！という対抗心もあって、より慎重に取り組んでいましたね。もともとなじみのないおやつなので、最後まで「パニーニ」を覚えられない子もいましたが…(笑) 他のクラスの先生たちにもおすそ分けをして、自信満々に「おいしくできました！」と言って渡す姿がとっても輝いていました。また次回お楽しみに！

来月はひかり組さんのクッキングスタートです (*^v^*)

◆6月の食育予定表

4	ぎんが	人参の皮むき	13	幼児	咀嚼のお話
5	ひかり1	クッキング「五平餅」	19	幼児	もずくのお話
6	ひかり2	クッキング「五平餅」	21	さくら	じゃが芋洗い
	まんま	もやしおり			
	とまと	キャベツちぎり			



★ほけんよい★



看護師 高見久美子

体調に注意しましょう！

ゴールデンウィーク中に0-2歳児クラスを中心に、発熱や嘔吐下痢症等で体調を崩していたお友だちがいましたが、現在は感染症の流行もなく元気に過ごしています。梅雨入りはまだですが、これからの季節は湿度、気温ともに高くなって体調を崩しやすい時期でもあります。肌寒かったり、蒸し暑かったりと、天候が変わりやすく衣服の調節が難しいですね。この時期は半袖と長袖両方の服を準備していると調節しやすいでしょう。

5月の感染症(5/20 現在)
突発性発疹…2名
手足口病…3名

突発性発疹とは

症状:38℃以上の高熱(生まれて初めての高熱であることが多い)が3~4日間続いた後、解熱とともに体幹部を中心に鮮紅色の発疹が出現。

合併症:熱性けいれん、脳炎等

登園の目安:解熱後1日以上経過し、全身状態がよいこと。(普段の食事もしっかり摂れ、機嫌がよい等)

6月4日はむし歯予防デー

むし歯は口の中に住みついているミュータンス菌が口の中に入ってきた糖を分解して酸を作り、酸によって歯が溶けていくと言われていています。ミュータンス菌・歯の質・歯の汚れ・甘いものなどが大きく関わっており、むし歯予防で大切なことはまず歯磨きをすることです。

6月4日に幼児クラスのクラスに「虫歯にならないようにしましょう！」の健康教育を行います。さくら組はお話を聞いた後、いよいよ園で昼食後の歯磨きが始まります。

歯ブラシを使う時のお約束！

- ① 歯ブラシで遊ばない。
 - ② 歯ブラシを口に入れたまま歩かない。
 - ③ 歯ブラシを持ったままお友だちを押さない・ふざけない。
- ※歯ブラシは園で個人用に準備しますので、持参の必要はありません。

歯ブラシは噛まないように、磨く強さは「シャカシャカ！！」軽めにと、歯磨きの時間と磨き方を教えていきます。歯科健診の担当医師からも寝る前の仕上げ磨きが大切、というお話もありました。ご家庭でも仕上げ磨きを行い、むし歯予防に努めましょう。

害虫対策

蚊やムカデ、毛虫といった害虫がみられる時期になります。害虫対策として、「電撃殺虫器ムシコロシ」や「天然ハーブ系の置き型虫除け剤」を設置していきます。その他例年通り、今年も建物周囲に「無農薬虫よらず」を撒き・木酢液を散布・業者によるドブ掃除依頼・ボウフラ発生予防等、蚊を減らす対策をとっていきます。

連絡帳でお知らせください！

- ① 肌への虫除け剤塗布(夕方のみ)を希望される方。なお、2歳未満の園児への塗布についてはご相談ください。
- ② 虫刺されに対してムヒ・レスタミン軟膏・ステロイド剤入りの虫刺され軟膏を塗布しています。軟膏類で使用してほしくないものがありましたらご連絡ください。

《お知らせ・お願い》

分園まんま組は6月19日(水)が健診日です。健診日はできる限り登園し健診を受けられるようにご協力をお願い致します。