

太田さくら認定こども園 子育て支援センター

梅雨の季節に入る前に、天気の良い日は少しでも戸外で元気にいっぱい遊びましょう。湿度が高くなってきましたので、こまめに汗を拭いたり、水分補給をしたりして、健康管理にも注意していきましょう。今月は、静峰ふるさと公園への園外保育を予定しています。親子で思いきり楽しみましょう。

### 今月の予定

5日(水) 運動遊び

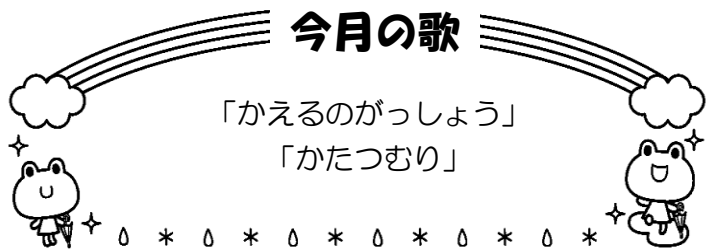
12日(水) 園外保育

19日(水) 園外保育※予備日  
身体測定

※12日と19日のどちらかで  
七夕製作を行います。

### 今月の歌

「かえるのがっしょう」  
「かたつむり」



### 6月は食育月間です

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。プレイルームでも、食に関する絵本や紙芝居を読んだり、「空腹」を感じられるよう、身体をおもいきり動かしたり、食事が美味しいと感じられるよう、意識していきたいと思います。

### 『かむ力をつけよう!』

かむ力は毎日の食事をとおして身につけるものです。しっかりかむ体験をふやすために、かみごたえのあるものを食べる、食材を大きめに切って調理する、早食いをしない、など意識すると、かむ回数を増やすことができます。かみごたえのある、するめや干し芋、ドライフルーツなどの食品は、おやつとしてもおすすめです。あごや胃の負担にならない程度に取り入れてみましょう。

### ☆園外保育のお知らせ☆

期日：6月12日(水) ※雨天時19日(水)

時間：午前10時~12時

場所：静峰ふるさと公園 ※現地集合・解散

持ち物：帽子・水筒・おしぼり・敷物

お弁当(自由)

おやつ(こども園でも少し用意します)

\*動きやすい服装で参加して下さい。

\*帽子を被りましょう。

(日差しだけでなく、ケガからも頭を守ってくれます。)

