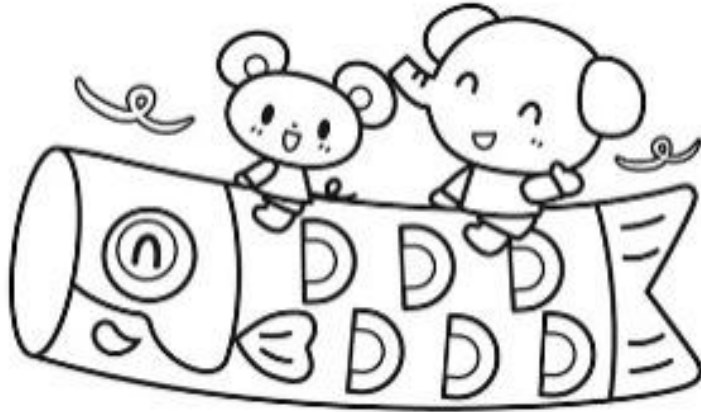


# くるみ園だより

令和8年5月 くるみ園発行



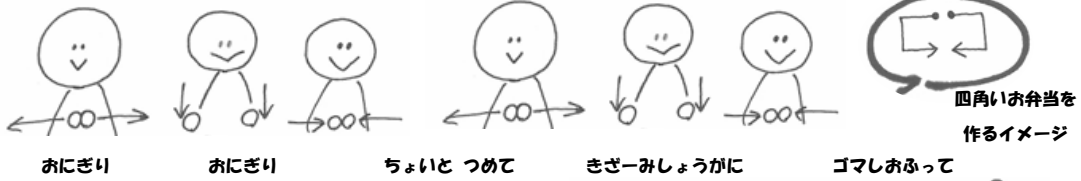
4月初めに、不安そうな表情を見せていた子ども達ですが、ひと月経って新しい環境にも慣れ、かわいい姿や笑顔をたくさん見せてくれるようになりました。初めは泣いてバスに乗っていた子どもも、生き生きとした表情でバスから降りてくるようになりました。外遊びでは元気いっぱい楽しそうに遊んでいます。一日の流れが少しずつ分かり、くるみ園が楽しい場所ということが伝わってきたように思います。進級児さんは新入園児さんのお世話をする頼もしい姿も見えています。ちょっぴり得意気な表情が可愛いですよ。「あそび」は子ども達の生活そのものです。子どもの活動は全てが「あそび」であり「楽しい」ということがモチベーションとなります。社会性や言葉の基礎として培う「あそび」を子ども達の自発的な動きや気付きを大事にしながら日々、提供していきたいと思えます。

## 《5月の目標》

- 少しずつ暑くなってきました。気温・天気に応じて、衣服の調節を行っていきたくと考えています。気温、天候に応じて衣服の調整を行いましょう。
- 疲れが出てくる季節です。お家でお子さんとゆっくり関わりながら過ごす時間を持ちましよう。

# 今月の歌『おべんとうぼこのうた』

これっ くらーい の おべんと ぼーこ につ



にんじん さん さくらんぼ さん しいたけ さん ごぼう さん あな-のあいたレンコン さん



すじーのとあーった

ふーき



♪歌詞♪

これくらいの お弁当箱に  
 おにぎり おにぎり ちよつとつめて  
 きざみしょうがに ゴマ塩振って  
 ニンジンさん さくらんぼさん  
 しいたけさん ごぼうさん  
 穴のあいた レンコンさん  
 すじの通った ふーき



# 5月行事予定

※5月1日時点での行事予定です。

日	月	火	水	木	金	土
					1 合同職員会 強要行動障害支援者 養成基礎研修 (畑本・山田)	2 定例職員会
3 休園日 憲法記念日	4 休園日 みどりの日	5 休園日 こどもの日	6 休園日 振替休日	7 合同保育開始 合同遊戯 (小運動会) グループ活動開始	8 身体測定	9 クラス参観日 「そだち」講座 研究日
10 休園日	11 外来 AB	12 合同保育 スイミング開始	13 誕生会 大掃除 安全総点検 腸内検査 研究日	14 合同保育	15	16 休園日
17 休園日	18 外来 BC	19 合同保育 法人S職研修 (徳野・松浦・稲井)	20 おもちゃ作り 研究日	21 合同保育 避難訓練 ちょうちよ教室	22 父母の会在園児 保護者座談会 給食保健委員会	23 休園日
24/31 休園日	25 外来 CA	26 合同保育 スイミング 法人内部監査	27 就学に関する講座 研究日 企画委員会	28 合同保育 歯科検診	29 くるみ園会計監査	30 休園日

7日(木) 合同保育開始

9:00~9:45の時間、福角保育園のクラスに入り一緒に遊びます。

参加児は、担任からお知らせします。

合同遊戯(合同小運動会)

福角保育園のお友達と一緒に園庭で活動します。体操服で登園してください。

グループ活動開始

子ども達の発達特性別に編成されたグループで午後に活動します。

9日(土) クラス参観日

そだち講座を行います。そだち講座はくるみ園の一年の支援を説明する大事な機会ですので必ずご出席ください。

12日(火) スイミング

今年度のスイミングが開始します。時間に遅れないようにお越しください。

20日(水) もちゃ作り

詳細は後日、お便りにてお知らせします!

27日(水) 就学に関する講座


松山市教育委員会の担当者より教育相談に関する説明をしていただきます。

28日(木) 歯科検診

午後1:00より全園児対象です。お休みしないようにご協力をお願いします。

# 6月行事予定

※5月1日時点での行事予定です。

日	月	火	水	木	金	土
	1 外来 AB	2 合同保育 スイミング	3 定例職員会 腸内検査 法人監事監査	4 合同保育 保育従事者の為の救命講習会（山西）	5 身体測定	6 グループ 参観日
7 休園日	8 休園日	9 合同保育 合同遊戯	10 おもちゃ作り 研究日 年長児保護者対象みなら特別支援学校事前参観・説明会	11 合同保育  強度行動障害支援者養成研修 (畑本・山田)	12 年長児保護者対象松山城北特別支援学校事前参観・説明会	13 休園日
14 休園日	15 外来 BC 父母の会卒園児保護者座談会	16 合同保育 スイミング	17 誕生会 大掃除 安全総点検 研究日 腸内検査 年長児対象松山城北特別支援学校幼児体験学習	18 合同保育 避難訓練 年長児対象松山みなら特別支援学校幼児体験学習	19 ちょうちょ 教室	20 休園日
21 休園日	22 外来 CA	23 合同保育	24 企画委員会 研究日 給食保健委員会	25 合同保育	26	27 休園日
28 休園日	29 外来 AB	30 合同保育				

- 10日（水）おもちゃ作り：詳細は後日、お便りにてお知らせします。  
年長児保護者対象みなら特別支援学校事前参観・説明会  
※保護者のみ参加 9：10～12：00予定  
詳細は後日、お便りにてお知らせします。
- 12日（金）年長児保護者対象松山城北特別支援学校事前参観・説明会  
※保護者のみ参加 9：10～12：00予定  
詳細は後日、お便りにてお知らせします。
- 15日（月）父母の会卒園児保護者座談会：詳細は後日、お便りにてお知らせします。
- 17日（水）年長児保護者対象松山城北特別支援学校幼児体験学習
- 18日（木）年長児保護者対象松山みなら特別支援学校幼児体験学習



## ある日のできごと



### りすぐみ

少しずつ毎日の流れに慣れ、笑顔が見られたりのびのびと遊ぶ姿が見られてきました！特に子どもたちと信頼関係を築く一つにしているのが、帰る前に毎日しているダンスやスキンシップ遊びです☆みんなお馴染み『エビカニクス』をはじめ、『バナナくんたいそう』『ラーメン体操』『どうぶつたいそう』etc…スキンシップ遊びは『笑い声がヨーデルね』『ちょちょでんしゃ』のくすぐり2本立てが大人気！！どれも楽しく、期待している表情がたまりません。部分模倣が見られる子、見て楽しむ子、自分なりに身体を揺らす子、期待して大人と目を合わせる子、先生と一緒にしよ〜と来る子など、一人ひとりがそれぞれの楽しみ方で参加してくれています。そんな様子を微笑ましく見ながら一番楽しく踊って・くすぐっているリーダーです(≧▽≦)



### うさぎぐみ

子どもの「したい」があふれているうさぎ組。今日もお友だち同士で追いかけてこしたり、ちょっと喧嘩になってたり…。大人も一緒になって走り回って楽しんでいます。最近ヒットしているのは『めかぬか』。1分くらいで終わる短い曲なのですが、その曲に合わせてホワイトボードに自分の書きたいものを描いて…。曲が終わると大人にマークを返してくれて、出来上がったものをお友だち同士笑い合っってとっても楽しそうです。子どもたちの中で笑い合ったり譲り合ったり、とってもいい時間になっています。



### こじかぐみ

今年も元気いっぱいのかじか組☆少しずつ新しい環境に慣れてきてお当番活動が始まりました。給食を取りに行く係と、食事前にみんなの前に立って歌を歌う係をそれぞれの子どもが担当してくれています。去年から古川先生と一緒にお当番活動をしてきた子どもたちは自信満々な様子です。そんなお友だちの姿をみて、はじめてお当番を任せられた子どもたちも嬉しそうに給食を取りに行ってくれたり、恥ずかしそうに前に立ったり、いい表情を見せてくれています。お当番活動が楽しかったお友だちはお当番じゃない日もむくくと嬉し気に立ち上がり手を叩いてくれてみんなを和ませてくれています。



### きりんぐみ

最近のきりん組さんは、「マリオ」がブーム♪クラスの設定の遊びに、マリオを取り入れています。特にホールやプレイルームでのマリオ遊びは大好評！マリオカートあそびをしたときなんかは、道の一部にカラーボックスを置いておくと、さすがのきりんぐみさん、それだけでは終わらせない！それをマリオの煙突のように見立てて遊ぶ姿が見られました。さすがの発想力。また、スターを吊るしておき、その下にトランポリンを置いておくと、ゲームを再現しているかのように、ジャンプしながらスターを取ろうとしていました（結構難しく、なかなか取れませんでした）。大人の私たちのほうが、「なるほどー、こんな遊び方もあるんだなあ」と思わされることが多く、いつも楽しませてもらっています。

# ほけんだよい



さわやかな風が吹き渡る季節となりました。子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。しかし、体や心に疲れが出て、ケガをしたり、体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

## よい睡眠をとるための生活習慣～正しい生活リズムを作る4つのポイント～

### 朝、日の光を浴びよう

毎朝、同じ時間に起きてカーテンを開けましょう。朝の光を浴びると、心も体もすっきり目覚めます。

### 夜、暗くして早く寝よう

毎日できるだけ同じ時間に布団に入るなど、眠りやすい環境を整えましょう。早く寝ることが、朝のすっきりした目覚めにつながります。夜に、テレビやスマートフォンなどを使いすぎるとよい睡眠が得られません。家庭で、使う時間のルールを決めるなどしましょう。

### 朝ごはんを食べよう

朝ごはんは、遊びや運動に必要なエネルギーです。朝ごはんを食べることで体温が上がり、元気に活動できます。

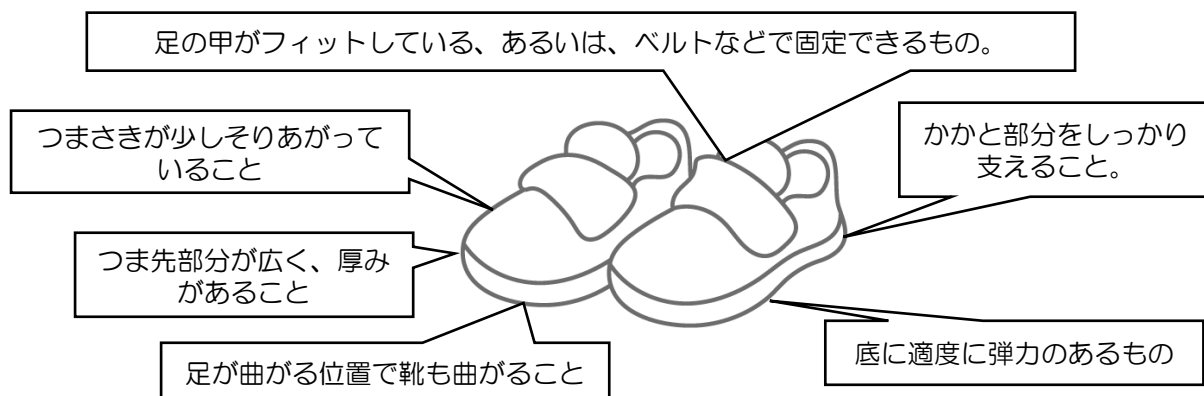
### 体を動かして遊び、昼間はしっかり活動しよう

体を動かすことで心地よく疲れて、夜早く、深く眠ることができます。

睡眠と休養は、健やかな成長の源です。健やかな眠りがあってこそ、活発な日常生活を営めます。子どもの睡眠習慣は、大人の生活スタイルを映す鏡です。家族で生活習慣を見直し、子どもの快眠を支えてあげられるといいですね。

## お子さんの靴、合っていますか？

子どもの靴を「すぐ大きくなるから」と大きめのサイズを選んでいませんか？靴選びは健康のためにも大切です。子どもの足にあった靴を選びましょう。指1本入る程度のサイズが望ましいです。キツイ靴を履くと外反母趾になる可能性があります。



## 給食だより

園生活がスタートして、早くも一ヶ月が経とうとしてますね。クラス担任から、今日の給食の〇〇食べたよ。と声があります。作る側として嬉しい事です。子供たちも、少しは園生活に慣れてきたと思いますが、GWで生活のバランスが崩れてしまうかもしれません。生活のリズムを整えて、元気に登園するのを待ってます。

**かんたん！朝ごはん**

忙しい朝に料理をするのはなかなか難しいですが、脳を動かすエネルギー源であるブドウ糖がとれるごはんがおすすめです。朝から面倒だな…という家庭でも大丈夫。具だくさんのスープや味噌汁に、おにぎりだけでも十分です。味噌汁やスープに入れる食材は前日に切っておき、朝は火を入れて味を調えるだけしておくで簡単です。おにぎりはラップを使って握るとお皿も手も汚れず、洗いの量が少なく済みます。

**朝食と生活リズムの関係**

朝食をしっかりと食べることで、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。朝ごはんを食べるためには、朝ギリギリまで寝ていると食欲が出ないため、早寝・早起きが大切です。毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。また、家族もいっしょに規則正しい生活を送ると、子どもたちにも自然に生活リズムが身につきます。

### 【旬の食材】

**旬のものを食べよう！**

旬とはそれぞれに一番おいしく、栄養価が高くなる時期のことをいいます。最近ではどんな食材でも一年中食べられるようになりましたが、旬の時期に食べるからこそ本来のおいしさが味わえて、四季の違いを楽しめるのです。旬の食材は、季節外れのものと比較して大きさが倍以上あるものもあり、経済的です。

**ソラマメおいしいね**

これから初夏に向けてのみ出回る旬のソラマメ。さやむきのお手伝いをしてもらいました。絵本『ソラマメくんのベッド』を読んだ後にさやむきスタート。さやから豆を取り出すのに格闘する子どもたち。割ってみるとさやの中は「くものようにふわふわでわたのようにやわらか」で、感動モノです。かき揚げとなって、みんなのお腹におさまったソラマメ。少しくせはありますが、亜鉛とビタミンB2に富んだ5月の味覚です。

### 【4月 人気メニュー】

- 3日（金） 昼食 鶏肉のから揚げ
- 14日（月） 昼食 ハンバーグ
- 24日（火） 昼食 魚のムニエル
- 28日（火） 3時のおやつ ぽたぽた焼き

