



ほけんだより6月

5月は下痢による欠席が多数あり、保育園部にて2名が胃腸炎の診断を受けました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりして体調を崩しがちです。睡眠や生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。

おしらせ

歯科検診：6月26日(木)9時

お世話になる園医さん
☆高藤 和世 医師(タカフジ歯科)

**歯科検診の結果は、
後日のお知らせとなります。**

当日は出来る限り欠席されないように
お願いします。欠席された場合は、後日
保護者様にタカフジ歯科を受診して
いただきますようお願いいたします。

とびひ

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷
などを、手でかいたりして、菌が繁殖
することで感染します。子どもの間で
感染しやすいのでジクジクした傷は、
水できれいに洗い流してから吸湿性の
あるテープなどで患部を覆うよう
にしてください。悪化した場合は内服の
抗生物質と塗り薬を処方してもらう
ことが多いです。患部を引っかいて傷
にならないように、爪は短く切って
いただきますようお願いいたします。

<5月のにこにこげんきを行いました>

3・4・5歳児「はみがき」



きれいに磨けている歯はどれかな？



歯の模型と大きなハブラシを使って
歯の磨き方を学びました。

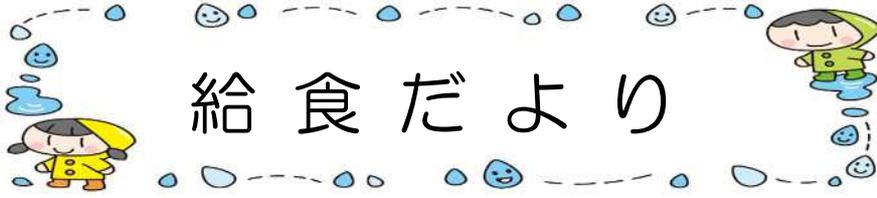
6歳臼歯(最初に生える奥歯の永久歯)



5歳児は6歳臼歯に
ついて学びました。
生えたばかりの大人の歯
は柔らかく傷つきやすい
上にハブラシが届きにくい
ため、虫歯になりやすい
です。色々な角度で
ブラシを動かして磨く
ことを学びました。
お家でも練習して
みてくださいね。



6月のにこにこげんき(3・4・5歳児): はみがき<実践編>



給食だより

認定こども園 わだ
令和7年5月30日

梅雨の季節になりました。気温と湿度が上がり、食欲もダウンしやすくなります。のどが渴いたときだけでなく、こまめに水分補給をし、バランスのよい食事で体力を維持しましょう。

また、衛生面においても、給食で毎日使うお箸セットや給食・コップ袋は、湿気などでカビが繁殖しやすくなります。袋は毎日洗って頂き、お箸セットもしっかりと乾かすなど、衛生面に気をつけてすごしましょう。

6月のねらい…よく噛んで食べよう



食べることは、子どもたちが成長する上で、最も大切なことのひとつ。健やかな体を作るだけでなく、心の発達にも大きく関わっています。中でも、「よく噛んで、ゆっくり味わうこと」は、消化を助けるだけでなく、味覚の発達、さらには脳の活性化にもつながります。

★ゆっくりとよく噛んで食べるメリット

1・消化吸収の促進

よく噛むことで、胃腸への負担を軽減し、栄養素の吸収を効率的に行うことができます。

2・味覚の発達

よく噛むことで、食べ物の味をより深く感じられるようになります。

様々な食材の味や食感を楽しむことができ、味覚の発達につながります。

3・脳への刺激

咀嚼運動は、脳の活性化を促すことが知られています。脳への血流が増加し、記憶力や集中力、思考力の向上に役立ちます。また、満腹中枢を刺激し、食べ過ぎを防止する効果もあります。

4・口腔内の衛生

よく噛むことで唾液の分泌が促進されます。

唾液には抗菌作用があり、口腔内の細菌の繁殖を抑える効果があり、虫歯を予防します。

5・顎の筋肉を鍛え、歯並びをよくする

よく噛むことで、顎周りの咀嚼筋群が活発に働き、筋肉が鍛えられ、顎の正常な発育を促します。

また、歯並びにも良い影響を与えます。

『たべもののちから』（3、4、5歳児）畑の土作り、夏野菜の苗植え

5月のたべもののちからは、畑の土作り、夏野菜の苗植えでした。おいしい野菜を作るには、フカフカの土で丈夫な根を作ること、水と日光が大切という話を聞きました。

3歳児はピーマン、オクラの苗を植え、4歳児はナス、ピーマンの苗を植え、白大豆の種を蒔きました。5歳児はピーマン、オクラ、きゅうり、さつまいもの苗を植えました。

2歳児もきゅうりの苗を植えました。これから自分達で育てていく野菜の生長が楽しみです。収穫した野菜は給食で使用したり、クッキングをする予定です。



『6月のたべもののちから』 ～丈夫な歯を作るには～

- ・よく噛むことの大切さを知る。
- ・丈夫な歯を作る食べ物を知る。