



2022年3月
第24号

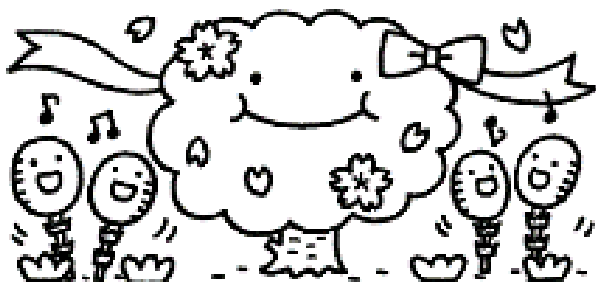
発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

- 高木保育園
- 今町保育園
- 天竜保育園
- 梅北保育園

都城市でも新型コロナ感染症の下げ止まり傾向が続いています。三密回避、マスク着用及び消毒の徹底など我慢の生活がしばらく続きそうです。

さくらの蕾が膨らみ始める春本番の気候となってきました。

いよいよ4月からは、令和4年度。保育園では就学、進級に向けていろいろな準備を進めています。



入学までにしておきたいこと

～大切な第一歩に向けて～

小学校入学は、子どもにとって生活上の大きな変化です。

学校生活は、たくさんの友だちと学習したり、いろいろな行事や活動をしたりして過ごします。勉強の楽しさを学ぶと共に、集団の中で協調性や社会性を育む場でもあります。

そのために何よりも大切なのは、丈夫な「体」「心」です。子どもたちが安心して楽しい学校生活を迎えられるように、準備していきましょう。

心がけておきたいこと

- ・「早寝早起き朝ごはん」の生活リズムにしましょう
- ・あいさつや返事をしましょう

名前を呼ばれたら「はい」とはっきり返事ができることが大切です。

何か困ったことがあった時、きちんと話せるように練習しておきましょう。

- ・身の回りのことを自分でやりましょう

着がえや服をたたむこと、名札のつけ外し、ボタンの着脱、立ったまま靴を履きかえるなどが、一人でできているかチェックしてみましょう。

- ・トイレを正しく使いましょう

学校はまだ和式トイレの所も多く見られます。トイレトーパーの使い方や鍵の使い方、自分で拭けること、男子の場合は、パンツまで全部脱がなくても用が足せることなど、できているか確認しましょう。

- ・色々な食材に慣れておきましょう

学校給食では、和食、洋食、中華など季節のものを使った食事が提供されます。学校で始めて食べた食品で具合が悪くなり病院に運ばれ、その時初めて食物アレルギーがあることが分かったという事例もあります。

偏食をなくすためにも、いろいろな食品を体験しておくことが大切です。

『入学前に身につけたい10の行動目標』

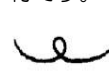
- (1) 大きな声で「はい」の返事とあいさつができる。
- (2) 思ったことがはっきり言える。
- (3) 目を見てうなずいて話を聞くことができる。
- (4) 洋服の着脱が自分でできる。
- (5) 好き嫌いをなく20分ぐらいで食事ができる。
- (6) 友達と仲良く遊ぶことができる。
- (7) 45分間トイレに行かないで我慢ができる。
- (8) 「ごめんなさい」「ありがとう」が相手の目を見てはっきりとすることができる。
- (9) 約束や決まりを守ることができる。
- (10) 物を大切に整理整頓、後片付けができる。

※決して、やりすぎないようにしましょう。



おいしい&抵抗力もアップ! 春先のブロッコリー

冬から春先にかけてが旬のブロッコリーは、癖がないことから、子どもに人気の緑黄色野菜の1つです。ビタミンC、E、β-カロテン、鉄分、食物繊維を豊富に含み、たんぱく質と組み合わされば、抵抗力アップにもつながります。選ぶときには、中央がこんもりしていて緑色が濃い物、つぼみが小さく締まっている物を。甘くて軟らかい印です。ゆで時間は短く、水にさらすと香りが低下するので、ざるにあげて冷まします。和える、炒める、焼くなど、いろいろな調理法が可能で、副菜にぴったりの食材です。



梅北保育園からのお知らせ

☆園開放休止を継続

毎月第4火曜日に園開放を実施していますが、今しばらく休止いたします。

☆今年度もご支援ご協力いただき

誠にありがとうございました。