



2023年5月
第38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

新型コロナウイルスの感染法上の分類が5月8日から、季節性インフルエンザと同じ「5類」に引き下げられましたが、予防対策は引き続き行つのが望ましいようです。

まもなく爽やかな5月晴れから梅雨空に変わる時期となりました。新緑が深みを増してくると共に、田植えの準備も進められており、いつもの風景がより新鮮に見えてきます。

今回は、親子でのふれあい遊びや季節の食べ物についてお知らせします。

～親子でふれあい遊びのご紹介～
高木児童館で教えてもらったわらべうたあそびの一つです。子どもさんたちは、喜びますよ。親子で遊んでみられてください。

♥ いちりにりさんり ♥
～リズム譜や楽譜のない『となえうた』です～
《子どもさんを寝かせておこないます》

① ♪いちり～ ② ♪にり～

足首を軽く揺らす 両ひざを軽く揺らす

③ ♪さんり～ ④ ♪しりしりしりしり

足の付け根を軽く揺らす 脇の下、またはおしりをくすぐる

アレンジ：子どもさんを座らせて楽しめます
① 手首を軽く揺らす ② 両肘を軽く揺らす
③ 肩の下を軽く揺らす ④ 首をくすぐる

柏もち・ちまき

端午の節句に食べられるようになった柏もちやちまき。柏の木の葉は新芽が出てから古い葉が落ちるといふ珍しい特性から「子孫繁栄」「家が絶えない」といふいわれがあります。一方ちまきは、中国戦国時代の楚の政治家、詩人である屈原を供養するためのもの。屈原の命日の旧暦5月5日にちまきを食べる習慣が残り、日本に伝わりました。

バランスのよい食事を (一汁三菜のすすめ)

栄養バランスの乱れた食事を続けていると、免疫力や抵抗力が落ちてしまいます。風邪や病気を寄せつけない、健康な体づくりのためには、バランスのとれた食事を続けることが大切です。

健康な食生活の基本は「一汁三菜」からです。まずは、できることからご家庭でも取り入れてみてください。



天竜保育園からのお知らせ

※ 6月の予定

- ・14日(水) 園開放 9:30～11:30
(対象は未入園のお子様と保護者様)
- 「ままごと」「風船遊び」を予定しています。
- ご来園、お待ちしております。



育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)

相談先： 天竜保育園 23-1301