



2024年5月
第50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

初夏とはいえ、例年になく高温が続いていますが、まもなく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、フィンガーペイント、睡眠、旬の食材及び百日咳についてお知らせします。

旬の食材

お茶

立春からかぞえて八十八夜の前後の時季、その年の最初に摘み取られる茶葉は新茶と呼ばれ、風味が濃く、冬に蓄えられた栄養分が含まれています。70～80℃の湯で40秒ほど抽出すると、味わいが豊かになります。



百日咳に注意しましょう！！

県内で百日咳の報告数が増えています。風邪に似た症状から始まり、少しずつ咳の回数が増え、息を吸う時にヒューという音が出るなどします。発熱のない場合が多く、顔を真っ赤にして、こんこんと激しくせき込みます。特に6ヶ月未満の子どもさんは、呼吸ができなくなったりすることもあるので、注意が必要です。百日咳は予防接種で予防できる病気ですので、接種が済んでいるか母子手帳で確認しましょう。変わった咳をしている時は、すぐに受診しましょう。

天竜保育園からのお知らせ

※ 6月の予定

- ・12日(水) 園開放 9:30～11:30
(対象は未入園のお子様と保護者様)

「ボールプール遊び」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います
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

～フィンガーペイントであそぼう!!～

フィンガーペイントとは
指や手にえのぐをつけてあそぶことです。

①自由な表現 ②絵の具の感触 ③ぬり広げる

フィンガーペイントのメリット

①ストレス発散になる ②五感が刺激される
③想像力が発達する ④自己肯定感があがる
⑤小さいうちから楽しめる

(用意する物)

- ・白色の画用紙、模造紙、ごみ袋など
- ・絵の具(可能ならばフィンガーペイント用の絵の具)
- ・絵の具を出すパレット(直接手に出しても紙皿でもOK)

(注意点)

- ・汚れてもよい服で行う ・「きたない」と言わない
- ・手で目をこすらないように注意する
- ・子どもから目を離さない

★チャック付きのジップロックを使うと汚れを気にすることなく遊ぶことができます。

(遊び方)

袋に入る大きさに紙を切り、絵の具をチョンチョン乗せる。そのまま袋に入れてチャックをしっかりと閉め、袋の上からグニュグニュと指で絵の具を触って遊びます。

しっかり睡眠をとろう

睡眠は体をしっかり休めて疲れをとるだけでなく、「寝る子は育つ」といわれるように体の成長を促します。睡眠が足りないと、食欲がなくなったり、日中に眠くて不機嫌になったりします。しっかり睡眠をとって、元気に過ごしましょう。

