



2026年5月
第14号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

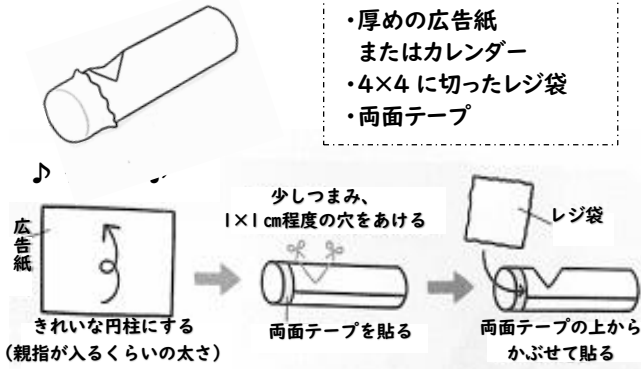
- 高木保育園
- 今町保育園
- 天竜保育園
- 梅北保育園

初夏を思わせる日々が続いているようです。今年は後半型のゴールデンウィークをどのように過ごされますか。九州南部の向こう3ヶ月の平均気温は、平年並または高い確率とともに40%。今年も暑くなるのでしょうか。今回は、手作り楽器での遊び、手洗い・「いただきます」の習慣づけ、朝食の大切さについてお知らせします。

手作り楽器で遊ぼう♪

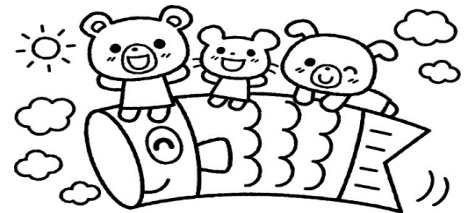
♪ 材料 ♪

- ・厚めの広告紙
またはカレンダー
- ・4×4に切ったレジ袋
- ・両面テープ



♪ 音を出してみよう ♪

口に当てて音を出してみましよう。
 笛のように息を吹き入ると音は鳴りません。
 「あーっと声を出してごらん」と声をかけ、声を出している子どもさんの口元に当ててみましょう。側面のレジ袋が震えて不思議な音が鳴ります。
 音が鳴るようになったら今度は音楽に合わせて音を出してみましよう。
 『かえるのうた』でカエルの鳴き声に合わせて音を出すと面白いですよ！



一日のスタートの活力は朝食から

1. **朝ごはんは大切な栄養源です。**
朝ごはんをしっかり食べ、1日3食のリズムを作り成長に必要な栄養がとれるようにしてあげましよう。
2. **朝ごはんは脳を活発に働かせます**
朝の脳はエネルギー不足の状態です。不足したエネルギーを朝ごはんでは補ってあげましよう。
3. **朝ごはんでは体温をあげましよう。**
朝ごはんは体温を上げ、脳を目覚めさせます。脳が目覚めると体が機敏に動き、集中力もアップします。
4. **朝ごはんではうんちの習慣をつけましよう。**
朝ごはんを食べると脳が刺激され、うんちが出やすくなります。ごはんの後にトイレに誘ってあげましよう。

天竜保育園からのお知らせ

- ※ 5月の予定
- ・13日(水) 園開放 9:30 ~ 11:30
(対象は未入園のお子様と保護者様)
- ・「布積み木遊び」を予定しています。
- ・21日(木) 降誕会 ~ 5歳児参加(MJホール)
しんらんさまのお誕生をお祝いいたします。

手洗い・「いただきます」の習慣づけ

手洗いは風邪や感染症を防ぐ大切な習慣です。

保育園では、石けんを使った正しい手洗いとともに、食事の前に「いただきます」のあいさつをおこなっています。

おうちでもぜひ声かけをして、清潔な手で食べることの大切さ、食べものへの感謝の気持ちを一緒にはぐくんでいきましょう。



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