



なつのおたより



暑さも日々増していき、夏の訪れを感じるようになりました。これからの時期は、お天気が良いときは、熱中症に気をつけながら外遊びのなかで水に触れる楽しさや草花、小昆虫の発見など、空の青さや日差し of 厳しさを感じながら活動が多くなっていきます。夏の遊びの中で子どものそれぞれの気持ちを受けとめながら笑顔で過ごせるように配慮していきます。ご家庭でも健康管理に留意していただき食事と睡眠をしっかりとりえるように心掛けていきましょう



お知らせ

6月 つくし組に1歳児のお友だちが預り保育で増えました。
7月 つくし組に0歳児のお友だちが二人入園しました。
よろしくおねがいします！！

熱中症対策をしよう！



つくしぐみのかつどう

♪リズムあそび♪

お歌や体を動かす事が大好きなつくし組の元気なお友達！！
「たのしいね」の歌に合わせて、両手を合わせてパンパンとする動作をお友達や、保育者と元気いっぱいリズム遊びを楽しみました。♪
お家でも子供と一緒にやってみてください。



ひまわりぐみのかつどう

♪スライムあそび♪

暑い日が続き、ひんやり涼しいスライムあそびをしました☆
コップに材料を入れて、それぞれ好きな色を選んで自分だけのスライムが完成。「紫色は…赤と青」など、色の組み合わせを考えている子もいました。苦手な子もおらず伸ばしてみたり、コップにかぶせて風船にしたり、感触を楽しんでいました☆。



ミルクハニーケーキ 作り方

※オーブンを170℃に予熱しておく

- ① プロセスチーズは小さめのコロコロ(0.5～1cm角)に切る
- ② ボウルにAをふるい入れる
- ③ Bを混ぜてAに加え、さっくり混ぜ合わせる
- ④ Cを混ぜて②に加え混ぜ、①も混ぜ合わせる
- ⑤ 型にクッキングシートを敷き、④を入れて平らにし、オーブンで15～20分焼く

☆手軽にできるおいしいおやつです(o^ー^o)ニコ



えんだより

2025年7月1日

めーる

fuji-hoiku@po.synapse.ne.jp

でんわ

0993-72-5334



ふじほいくえん



子育てワンポイント

～笑顔で免疫力アップ！～

体の健康を保つには、免疫力を高めると良いと言われています。

その方法として、バランスの良い食事、一日10分程度の運動、質の良い睡眠などがありますが、その中に『笑うこと』があげられています。一見無関係に思えるかもしれない『笑うこと』つまり笑顔になることは、脳が「この人、ご機嫌なんだ」と判断して幸せホルモンを出し、いい気分や優しさ、やる気などを応援してくれる仕組みがあります。医学的にいうと「笑う筋肉」が動くなら、作り笑いや苦笑いでもいいですし、「イー」と発音して口角を上げるだけでも、幸せホルモンが出るそうです。

家族や友達、子ども達と思いきり笑って、ストレスフリーでお仕事、子育てを楽しみましょう！



『仲良く遊んでいたけど…』

保育士に何か険しい表情で話をしているAくん。その後、1人でうつむくAくん。「どうしたの？」と尋ねると、一緒に遊んでいたお友達がニコニコしながら「しないで！」と言っていたので怒っているとは思わなかったらしく、後で保育士からお友達は本当は嫌だったと言ってきたことを聞かされ、モヤモヤしている様子だった。「僕はただ仲良く遊んでいたけどなのに…」とこぼすAくん「嫌だったら怒った顔で言ってくれた方が分かりやすいよね」と慰めの言葉をかけるが、表情変わらずのAくん。「何かむずかしいね…」と考え込んでしまった夕方の一コマでした。

日々の遊びの中で、お友達の表情と気持ちの違いにモヤモヤする子ども達。

仲良く遊んでいるつもりがお友達の嫌な気持ちにさせていたり、楽しく過ごしていたつもりが本当は我慢しているお友達がいたり…。私たち保育士も、子どものちょっとした行動や言葉から、教わることが色々あります。保護者のみなさんも、そんな瞬間に出会ったことはありませんか？



材料(21cm型1個分)

プロセスチーズ……100g

A

強力粉………150g
ベーキング………小さじ2

B

ケーキ用マーガリン……30g
油………40g
水………50cc

C

はちみつ………50g
砂糖………45g
牛乳………40cc