

入園 進級 おめでとうございます

桜の花が咲きほころび、何気ないところに咲く花に気持ちがなごみます。いい季節になりました。

20名の新しいお友だちをお迎えしてのスタートです。この出会いに喜びを感じております。

先週一週間はクラスの移行期間ということで、進級する部屋で過ごしました。新しい環境に慣れるためですが、一つ上のクラスに移ったことで、誇らしい気持ちでいっぱいだったようです。その時、新ゆり組さんの何人かがホールで初めての布団しきの手伝いをしてくれましたが重い布団も何のその。誇らしさとやる気はパワーに代わってふたクラス分の布団を頑張って敷いてくれました。

誇らしさやあこがれ、好きなことが自分の中に育つことは子どもの中に喜びや希望が育つことに繋がっていきと言われています。子どもたちのこうした姿もたくさん見られるように職員一同気持ちを合わせ、より良い保育を目指してこの一年を大事に過ごしていきたいと思っております。

願いとお知らせ

個人情報について

保育内容をお伝えするためにクラスだよりや“今日のように”などは写真を使ってお伝えしています。“保育内容は出来るだけ分かりやすくお伝えしたい”という思いで時には表情が分かるような写真をつかうこともあります。また行事や日頃の活動をデジカメにとり保護者の方にはインターネットを使ってダウンロード出来るようにしております。

これらを円滑に進めていくためにも“個人情報について”ご理解とご協力を頂きたいと別紙の回答よろしくお願い致します。

メール配信サービスについて

地震などの緊急時に使われるこの配信サービスは一年ごとの登録になっております。

4月3日をもって28年度の登録は削除されます。29年度については4月4日から登録できます。

やり方については、本日配布します“登録手順書”を参考にしてください。

土曜日の保育について

・主な部屋の使い方

7:30～9:00・・・全クラス すみれ組(3歳児)の部屋にて

9:00～5時過ぎまで・・・幼児3クラスはすみれ組の部屋にて

1、2歳児はちゅーりっぷ組の部屋にて

0歳児はクラスにて

17:00過ぎ～18:30・・・全クラス すみれ組の部屋にて

18:30・・・延長保育 ゆり組の部屋にて

*土曜日保育が必要な方は早めに(できるだけ木曜日までに)お申し込み下さい。

*持ち物については別紙参照・・・利用される方に配布致します。

～茨城県北保育園の給食紹介～

保育園給食のねらい

乳幼児期は一生を健康に過ごすための食習慣の基礎作りとなる大切な時期です。好ましい食習慣を身につけ、心身ともに健康な体を作る基礎を築くための食事を考えて作っています。

- ☆ 食事を通していつ、何を、どのように食べたら健康に過ごせるかを体験し、身につける場とする。
- ☆ 好ましい食習慣を身につけ、病気を予防する。
- ☆ 機能の発達と自分で食べる意欲を育てることを大切に。
- ☆ 食事に関心を持ち、楽しく意欲的に食べられるようにする。

こんなことを考えて作っています

- ☆ 生まれてから6才までの6年間は、一生のうちでも心身の発達が目覚ましい時期です。歯の生え具合や食器具の扱い（手づかみ→スプーン→箸）、好みの変化などを考えながら、子どもが食べやすい食事を作っています。
- ☆ 体にとってよい食品を選び、味、季節を考えた食事作りをしています。
 - ① 旬のものを使っています（野菜、果物、魚）。
 - ② 国産、無添加、無農薬の食品を購入するよう努力しています。
 - ③ 遺伝子組み換え食品は、使用していません。
 - ④ 肉類は、脂肪の少ないものを使っています。
 - ⑤ 調味料は、体に良いものを使っています（塩は天塩、砂糖は三温糖）。
 - ⑥ 特に注意している添加物：合成着色料、合成保存料、発色剤、結着補強剤、殺菌剤、酸化防止剤、合成甘味料、品質保持剤
- ☆ 子どもの自立を助ける食器具を用意しています。
子どもが実際に手にとる食器は陶器を使用し、発達に合わせて食器の種類を変えています。
また、スプーン・フォーク・箸は発達にあわせて種類・大きさを変えています。

献立について

- ☆ 給与栄養目標量について：一日の必要量を昼食とおやつで、1～2才児は一日の50%を、3～5才児は一日の43%を摂ります。但し、日常不足しやすいビタミン、ミネラルは一日の必要量の45%を摂るようにしています。また、脂肪はエネルギーの20～30%にしています。
- ☆ 二週間献立となっています。
- ☆ 同じ調理法、材料が続かないよう、組み合わせに配慮しています。
- ☆ だしは煮干し、かつお節、昆布、鶏ガラを使っています。
- ☆ 午後の食事も軽食と考え、野菜、肉、魚も使用して、バランスの取れた食事になっています。

ご家庭で気をつけてほしいこと

☆朝ごはん☆

朝ごはんは一日を元気に過ごすための大切な食事です。朝ご飯を食べないと体が温まらず、力が出ないので楽しく元気に遊べません。

また、生活のリズムを整えるにも重要な役割をしています。

園での生活を楽しく元気に過ごすためにも、朝食を食べて登園しましょう。

☆食経験を増やす☆

現在、偏食とは言わないまでも好き嫌が多い子供が増えています。

初めての食材との出会いはとても重要で、そこで好き嫌いが決まってしまうというケースが多いのです。無理やりに食べさせてしまうと“この食材は嫌い!!”という固定概念が出来てしまい、その後なかなか克服出来なくなってしまいます。特に野菜は、肉や魚などに比べて調理に手間がかかるので食卓に上がる回数は少なくなってしまい、出会いの場が少なくなっているといえます。

好き嫌いがあると、食べるものに偏りが出てしまいバランス良く食べられません。

今すぐに食べなくても、長い見通しの中で食べられるように食卓に出すようにしてみましょう。