



5月の園だより



「屋根よ～りた～か～い こいのぼ～り～」

2011.5.1
ポートピア保育園

爽やかな季節を迎え、戸外で過ごす機会も増えるのではないのでしょうか。

朝、こいのぼりの歌をうたっていると、子どもが「ぼくの家なあ、屋根ないねん。そやからこいのぼり上げられへんねん」と困った顔でつぶやきました。子どもらしい解釈ですね。

ポートアイランドは高層住宅ばかりで瓦葺の屋根の家はありません。だからこそ保育園の創設者は瓦葺の屋根にこだわって設計を依頼したと聞いています。

園庭では、まさしく「屋根より高く」こいのぼりが元気に仲良く泳いでいます。

こいのぼりは「鯉は天に昇って龍になる」という中国の伝説から、男の子が強たくたくましく育つようにと願って飾られるようになりました。今も昔も子どもが元気にすくすく育つことは共通の親の願いです。

園庭のこいのぼりは今日も、子ども達の元気にあそぶ姿を高いポールの上から見守っています。

園長 中 恵津子

子育て応援事業(兵庫県主体)について

今年度より子育て応援事業に参画するように指名を受けました。

趣旨は0歳～2歳までの子どもを家庭で子育てしているお母さんを保育園に招いて育児相談や、さまざまなあそびを体験してもらうというものです。年間90回程度実施するように義務づけられていますので現在、行っている「子育てひろば」が増えると考えていただくと分かりやすいと思います。

予定では5月より月・水・金と曜日を決めて進めていきたいと計画していますのでご理解いただきますようお願いいたします。

5月の行事

- 11日(水) 身体計測(2・3歳)
- 12日(木) 弁当日
身体計測(0・1歳)
- 13日(金) 身体計測(4・5歳)
歯科検診
- 19日(木) 誕生会
- 23日(月) 内科健診(幼児)
- 26日(木) 避難訓練
内科健診(乳児)
- 27日(金) 親子まつり



- *親子まつり 5:30～7:30 園庭:ホール*
- ・神戸女子大学の学生さんが人形劇をしてくれます。
- ・今年もランチルームで食育コーナーをしています。

トライアルウィーク

5月30日(月)～6月3日(金)



きょうだいグループ

ねらい

- ・保育士や異年齢の友達と関わりながらあそぶ楽しさを知る。
- ・園外にでかけ、身近な自然に触れてあそぶ。

日程:(毎週 火曜日)

10日・17日・24日・31日

集まる部屋

- おんぷグループ:くま組
- はっぱグループ:ひつじ組
- りんごグループ:ぺんぎん組
- おはなグループ:ぱんだ組
- いるかグループ:ぞう組(ホール)
- ちょうちょグループ:きりん組

実習生受入れ

- 5月17日(火)～5月20日(金) 看護学校
- 5月23日(月)～6月3日(金) 夙川学院大学
- 5月30日(月)～6月21日(火) 聖和大学



総合食目標 「朝ごはんの大切さを知ろう」
 南校目標 「少しずつ旬の食材を取り入れる」
 5月5日は子どもの日です。5月の南校にも
 「かぼとクッキー(12日)」や「こいのぼり春巻き(19日)」が
 登場します。お楽しみに!!



朝ごはんをしっかりと食べよう!!

新年度が始まり早い1か月。そろそろ子どもたちにも疲れが出てくる頃です。疲れに負けず、体を
 作るためにも、早寝・早起きをして生活のリズムを整え、1日の始まりには朝ごはんをしっかりと食べて
 毎日を元気にいかに過ごしましょう。

朝ごはんの効果

寝ている間に下がっていた体温を上げる

元気に活動できる

空腹が満たされる

いびきや寝る意欲が出る



体や脳にエネルギーを補給する

集中力がアップする

胃腸を刺激して排便を促す

便秘の予防



簡単朝ごはんレシピ

ブロッコリー入り

コーンクリームスープ

(材料)4人分

- ブロッコリー120g、ベーコン2枚、
- コーン缶(クリームタイプ)300g、
- 牛乳300cc、固形コンソメ1個、
- 水150cc、塩少々

(作り方)

- ブロッコリーは1cm幅に切る。ベーコンは1cm幅に切る。
 - 鍋に水とコンソメを入れ、煮立ったら①を入れてふたをし、蒸し煮にする。
 - ブロッコリーが柔らかくなったらコーン缶、牛乳を加え、塩と味を調える。
- ★ブロッコリーの代わりにキャベツやアスパラもよく合います。

忙しい朝でも簡単朝ごはん

- 味噌汁やスープに野菜をたっぷりと(キャベツや大根、じゃがいもなど)これをタンパク質(豆腐や卵、牛乳、ソーセージなど)を加えると栄養満点の汁物に!
 ☆夕食の旨味を溜めるときに夕めに用意しておくとうれしいね♪
- 洗うだけで食べられるアボカドや果物、レンジでチンでOKのブロッコリーや人参、コーンやツナの缶詰や、魚缶、のりの佃煮などを上手に利用して...
- ごはんは食べやすくおにぎりや混ぜごはんに。パンの場合は、ラムやチーズものせると良いですね。

★時間が無い時や食欲が低い場合でも、食べやすいものを少しでも食べるようにしましょう!

例えば... 牛乳やスープなどの汁物、ヨーグルトやバナナ、甘みのあるシリアルやラスクなど

日本型食生活を見直そう!!

主食のご飯を中心に、旬の食材を使い、主菜(魚介など)、副菜(野菜・果物など)、汁物(大豆製品の味噌汁など)をバランスよく組み合わせ、食事を「日本型食生活」と言います。小麦や肉類の多い欧米型の食事に比べ、栄養バランスが良く、健康的で、日本が長寿国とされている理由の一つとも言われます。ポルトガル保育園では一汁三菜の和食を中心としたメニュー作りを心がけています。

昨年度は毎月1回「世界の料理」を取り入れてきましたが、今年度は「日本の郷土料理」を取り入れていきます!暑い時期は南の地方、寒い時期には北の地方と、季節に合わせて日本各地の郷土料理を出していきます。5月は地元「兵庫県」です。楽しみにしていて下さいね♪
 (文責:長木)

子どものつれやエピソード

おやつ時間に...

こいのぼりを片付けているのを見ながら、ある男児が

「あ!こいのぼりがお昼に帰ってくるでえ先生!もうおやつ食べ終わるかな?」と話していました。

子どもたちの中からは、こいのぼりさんも同じ保育園のお友達かもしれないね★

中島