



平成30年4月発行

国東市立武溪保育所

地域子育て支援センターお・さ・し

TEL 0978-69-0432



風薫る5月になりました。園庭にはこいのぼりが元気よく泳いでいます。支援センターに遊びにくるお友だちも、元気いっぱい外遊びを楽しんだり、ふれあい遊びを楽しんだりできました。5月は保育所のふれあい運動会もあります。運動会ごっこをしたり、ダンスを踊ったりして元気いっぱい体を動かしましょう。

また、5月は連休もあり、大人の生活時間に合わせてしまったり、遠出をしたりして疲れが出やすくなる時期でもあります。生活リズムや健康管理には十分気をつけてあげましょう。



毎日、園庭開放しています。

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	出前保育 パネルシアター	外遊び・自由遊び	憲法記念日	みどりの日
7	8	9	10	11
外遊び・自由遊び	出前保育・身体計測・スケッチブックシアター	おさんぽ (10時30分には来てね!)	出前保育 ふれあい遊び	ほっとタイム
14	15	16	17	18
外遊び・自由遊び	出前保育 ペープサート	外遊び・自由遊び 運動会ごっこ	出前保育 紙芝居	外遊び・自由遊び 運動会ごっこ
21	22	23	24	25
外遊び・自由遊び 運動会ごっこ	出前保育 保健講話	外遊び・自由遊び	出前保育 ふれあい遊び	外遊び・自由遊び 運動会ごっこ
28	29	30	31	6/1
親子リトミック	出前保育 エフロンシアター	外遊び・自由遊び	出前保育 パネルシアター	いも苗植えを 6月1日に予定 しています!

すこやか館は、月曜日から金曜日まで開館しています。時間は10時から15時までです。  
火・木曜日は、武蔵保健センターで遊びましょう。10時から11時半までです。

今月のうた  
「ことりのうた」のふれあい遊び  
を楽しみましょう!  
リズム  
「さくらんぼ体操」  
運動会で踊りましょう!

お願い

16日からの運動会ごっこは運動会に参加するお友だちも、参加しないお友だちも一緒にできるよ! 11時くらいから「ごっこ遊び」を始めます。ハイハイのお友だちも箱車を使うので大丈夫! 一緒に楽しみましょう!

運動会のおしらせ

武溪保育所のふれあい運動会に、支援センターのお友だちも一緒に参加して楽しみましょう!! 体操や親子リズム、かけっこ、玉入れに参加できます。ハイハイのお友だちも箱車に乗ってかけっこしましょう!

日時: 5月26日(土) 午前9時~11時まで  
場所: 武溪保育所園庭 (雨天の場合は、西小学校体育館)  
駐車場 西小学校校庭へ (雨天時は園庭に)  
服装: 運動のしやすい靴、服装で参加  
\*参加申し込み: 5月15日(火)まで 申し込み用紙に記入して下さい。

保健のコーナー  
保健師さんより

4月が始まり1ヶ月がたちますね。楽しい連休で、体調や生活リズムを崩さないようにしたいですね。今月は、第2次の「健康づくり計画」についてです。各家庭に下記のようなダイジェスト版の計画が届いたと思いますが、見ましたか? 開いて、取り組みたいことが書いてあるページを貼って下さいね。

健康づくり計画は、大人や高齢者だけのものではありません。子どもの時から親子で取り組むことが、大切です。計画の中で『わたしたちがすること』として4つあげられています。いくつか紹介しますね。

- ① 若い世代から健康づくりの意識を持つために、まず健診を受けよう。そして、結果から生活習慣を見直そう。
- ② よりよい生活習慣を身につけるために
  - ・今よりプラス10分動こう!
  - ・食後、必ず歯を磨こう!
  - ・十分な睡眠で休養をとろう!

来月は、食育の計画の紹介をします。ご家庭でもぜひ話題にしてくださいね。

遊びに来てね!

外遊びは気持ちいいね!

こいのぼり制作