

5月 きらり

令和元年 5月1日
社会福祉法人 ソシネット
私立 山の手保育園

新元号“令和”が始まり、新しい気持ちでのスタートという思いになりますね。子どもたちは新クラスとなり、1ヶ月が過ぎました。新しいクラスでの生活は、楽しい気持ちだけでなく戸惑いもあったかと思いますが、楽しそうに生活する姿が見られます。疲れもでてくる頃だと思いますので、体調の変化にも十分気を付けていきたいと思います。



5月生まれのお友だち

今月の 予定

5月のお誕生日は
11名です
おめでとうございます。

- 8 (水) リトミック
- 13 (月) 避難訓練
身体計測
- 15 (水) 誕生会



5月5日



5月5日は「端午の節句」子どもの日ですね。こいのぼりを揚げたり、5月人形を飾り、子どもの成長を願います。
「柏餅」は・・・子孫繁栄
「ちまき」は・・・悪いものから守ってくれるなど一つ一つに意味があることを知り季節の行事を大切に過ごしていきたいですね。

給食室より 成長期に大切な栄養素
カルシウムと鉄分

成長期に大切な栄養素として、鉄分とカルシウムがあります。栄養素を体に運ぶ役割を持つ血液成分ヘモグロビン。このヘモグロビンを作るために欠かせないのが鉄分です。鉄分の多い豚肉やブリ、納豆などは、ビタミンCが豊富な緑黄色野菜と組み合わせることで、吸収が高まります。

また、成長が著しい幼児期は、カルシウムを多く吸収し、骨を形成する大事な時期です。乳製品や小魚、大豆製品、青菜などを積極的に食べるようにしましょう！



いちご組 ・2名
みかん組 ・2名
ぶどう組 ・1名 です。

よろしくお願ひします。

新しいお友だち

