

# るんびに一通信 5月号

令和5年5月1日 常念寺保育園 地域子育て支援センター「るんびに一園」

暖かい春の陽ざしが注ぐ日もあれば、寒さが残る日もあり寒暖差を感じながらも木々や草花は、色とりどりの季節を迎え、るんびに一園の花壇も華やかになってきました。チューリップも見頃を迎えており、風にも負けず雨にも負けず綺麗な色で力強く咲き続けています。

転勤や引っ越し、進級や新入園などは、少しずつ落ち着いてきた頃でしょうか？「どこに出かけようかな？」と迷った時は、ぜひるんびに一園に足を運んでみてください♡園庭やなかよし広場など戶外遊びも体験できます。みなさんの憩いの場としてゆったりとした時間・場所の提供ができるように、ご来園をお待ちしております。

## るんびに一園 ご利用案内

- ※遊日の開放日…毎週火曜日～土曜日 9時～15時
- ※日曜日・祝日・月曜日の開放はお休みです。
- ★ご利用時間時に定期的な遊具の消毒や換気を行わせていただきます。ご了承ください。マスクの着用をお願いします。
- ★昼食やおやつ類などの摂取はできません。水分補給はできます。
- ※園庭・なかよし広場の開放…自由開放しています。休日も開放しています。平日・土曜日にお越しの際は、るんびに一園で受付をお願いいたします。
- ※大型遊具もありますので、ケガや事故のないようお子さんから目を離さないように遊んでくださいね。
- ※絵本の貸し出し…一人につき5冊まで2週間貸し出し
- ※駐車場…まーや園前・本園前の駐車場をご利用ください。
- ※ホームページ…毎月更新されています。是非ご覧ください♡
- ※お子さまや家族の方に風邪症状がある時・本人や家族が検査などのため自宅待機中の方・本人や家族が通園・通学している施設が臨時休園、休校となった方は、ご遠慮下さい。

## \* 育児相談 \*

月曜日～土曜日9:00～17:00

心配事やお困りの事など気軽に話してみませんか？子育ての事だけでなく発育・発達や健康の事、食事や離乳食、しつけ等々…何でも質問、相談してみてください。また、これから出産を控えている妊婦さんも、ゆっくりお話ししながら息抜きしませんか？専門員・栄養士・看護師・保育士が対応致します。まずは第一歩！電話でもメールでも行っています。気軽に話しかけてみて下さいね。

## ほけんだより

### 生活リズムを整えましょう

大型連休のあとや環境の変化などにより体調を崩しやすい時期です。元気で過ごすためにも、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

#### 「早寝早起きを心がけましょう」

- ・夜は9時頃までに寝るようにし、朝は遅くても7時に起きるように頑張りましょう！  
(新生児や乳児は、お子さん一人一人の生活リズムで過ごしましょう)
- ・十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。

#### 「朝ごはんはきちんと食べましょう」

- ・朝食を食べることで体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んでしっかり食べましょう！

#### 「朝、ウンチは出ましたか？」

- ・朝ごはんを食べると腸の働きが活発になり、便が出やすくなります。朝はどうしても慌ただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるように家族全員で朝の生活を見直しましょう。

参考文献「ほけんだより 12カ月」Gakken 文責 准看護師 堀 美香

## 5月あそびのプレゼント Day の予定

日時	テーマ・内容
10日(水) 10:00～ 	<b>苗植え・種まき</b> 花や草木も青々としてきましたね。るんびに一園では、今年も苗植えを行いたいと思います。苗の種類は、何がいいかな？「こんな苗を育ててみたい！」「こんな種をまいてみたい！」などリクエストもお待ちしております♡愛情いっぱい込めて、たくさん収穫できるといいですね！苗植えや種まきなどの知恵袋をお持ちの方の御参加もお待ちしております♪
13日(土) 9:00～ ※るんびに一園にお集まり お願い致します。	<b>「はなまつり」園行事参加(稚児行列見学・お参り)</b> お釈迦様のお誕生を祝う「花まつり」は、保育園の3大仏教行事の1つでもあります。当日は保育園年長による華やかな『稚児行列』を見たり、常念寺本堂で献花や甘茶をかけてお参りします。るんびに一園帰園後は、みなさんと甘茶を頂きながら、「花まつり」のお話しを楽しみましょう★
16日(火) 10:00～ 	<b>育児講座「子どもの発達・生活リズム」&amp; 発育測定・保健相談「おおきくなったね」</b> 常念寺保育園准看護師より子どもの発達について話を聞きながら、一緒にお子さんの成長を見つめてみましょう♡また、成長過程で少しずつ変化していく生活リズムについても考えていきたいですね。発育測定も行いますので計測しながらお子さんの成長についてゆっくりお話ししませんか？ご参加お待ちしております。 ♡持ち物…バスタオル・発育測定カード(2回目以降の方)
23日(火)・24日(水) 9:30～ 	<b>5月製作あそび「さくらんぼ作り」</b> 新緑の季節がやってきて、木々の葉っぱも青々としていますね。5月～6月頃はさくらんぼがおいしい季節ですよ♪今月は、山形の名産でもあるさくらんぼをモチーフにした製作遊びに挑戦してみませんか？どんなさくらんぼになるかは、お・た・の・し・み♡ ♡毎月取り組む製作あそびは3月にまとめる予定です♪完成した作品は、それまでご家庭で保管をお願いいたします。 ♡製作遊びの日に参加できない方は、遊びに来た際に対応させていただきます。気軽にお声掛けください♪
30日(火) 10:00～ ※事前申し込みをお願い致します。	<b>育児講座「フラワーアレンジメント教室」 講師:渡邊 嶺子先生</b> 今年は桜の開花も早く、草花も綺麗な色でいっぱい！花がたくさん咲くこの時期に、フラワーアレンジメントを体験してみませんか？親子で花に触れ、香りを体感しながら癒しの時間を過ごしましょう♪作品完成後はお持ち帰りになりますので、ご家庭でも鑑賞できます♡
★ちょこっとあそび「母の日製作」★・・・5月6日(土) 10:00～	

## 絵本の貸し出ししています！

赤ちゃん向けの絵本から大人向けの育児書なども揃えております。一度手に取って頂き、気になる絵本などみつけるかも？！  
保育園や幼稚園に通園しているお子さまにも貸し出ししていますので、遊びに来た際にご利用ください♡