



Cherry's Hug だより



小規模保育園 Cherry's Hug 2025.5

新年度が始まり 1 か月がたち、すがすがしい青葉の季節になりました。

緊張したり不安で泣いていた子ども達も、今では自分の好きな遊びをみつけて楽しんだり、保育者や友達と一緒にキャッキヤと声を出して笑って楽しむ姿も多くみられるようになり嬉しく思っています。新しい環境に慣れてきた様子がかがえますので、大型連休中も生活リズムが崩れないように、いつも通りの早寝早起きを心がけ安全で楽しいお休みをお過ごしくださいね。

予定

5/ 2日(金) 子どもの日の集い
19日(月) 避難訓練
21日(水) お誕生会
検尿 提出日
28日(水) 検尿予備日
身体測定

随時 写真販売

保育目標 「ふれる」

- ・好きなあそびを楽しみながら保育士や友だちとのかわりを楽しむ。
- ・戸外に出て自然物に触れたり、心地良さを感じる。

おねがい

仕事の休み・健診などで保育園を欠席・早退する事が決まっている場合は、行事の有無などもありますので、早めにコドモンにて、お知らせください。また、その場合でも当日の欠席連絡は入れてくださいますよう、よろしくお願いします。

5月生まれのお友だち



おめでとう!



ご飯の適正量を知ろう

子どもは満腹中枢が未発達なため、できるだけ同じ時間に食事をし、1回の食事は30分前後にすることで、空腹感と満腹感を学べるようにしましょう。さらに、消化器官も未発達のため好きなものを好きなだけ、与えるのではなく、大人が食べる量を調整して止めてあげることが大切です。また、子どもの適正量の中でいろんな素材と味に慣れ、幅を広げられるようにすることが大切です。

ごはんの適正量

ごはん	80-100g
主菜(肉・魚)	40g
副菜	30g
汁物	80~100ml

