



令和 8 年 6 月
東戸塚らびっと保育園

もうすぐ梅雨の時期がやってきます。この時期は、気温の変化も著しく元気
いっぱいな子どもたちも、食欲が落ちやすく体調を崩しやすい季節です。
体調・衛生管理には気を付けていきましょう。

食中毒に注意 手洗いかかさずに!!

ジメジメとした梅雨続き、気温の高いこの
時期は、食中毒が増える季節です。腹痛や嘔吐
などのつらい思いをしない、させないために
日々の手洗い・うがいを徹底していきましょう。

右の表を見本にして、ぜひお家でも
子どもと一緒に丁寧な手洗いの仕方を
試してみてください♪



身体に大切なカルシウム



カルシウムは体を構成するのに必須の成分です。



体内に存在するカルシウムの 99%は、骨や歯を作っていて
残りの 1%は健康を保つ成分として身体のいたるところに
分布しています。

例えば

- ①唾液に含まれるカルシウムはリンと一緒に
歯の表面に付着して歯を修復する
 - ②神経伝達を助ける ③筋肉を収縮する
 - ④心臓の鼓動を一定に保つ ⑤止血する
- など、命に係わる重要な働きがあります。

血中のカルシウムが不足すると骨から補われてしまい高齢になる
と骨粗しょう症になる恐れもあります。健康に過ごすためにも
子どものときから積極的にとることが大切です。

試食会について

6 月 20 日(土)に試食会を行います。
保育園で、子どもたちが食べている
給食がどのようなものか
保護者のみなさんにも
試食していただける機会なので
ぜひご参加ください♪

★試食会メニュー★

- ・ご飯
- ・豆腐ハンバーグ
- ・人参しいしり
- ・ひじきのごまマヨサラダ
- ・お味噌汁





5月の食育活動の様子



5月は、そら豆を使った食育を行いました。午後のおやつには
ふりかけご飯に子どもたちがむいたそら豆を添えて提供しました。



そら豆たくさん出てきたね！



楽しみながらもしっかりと
お話を聞くことができました。



手先を使ってさやを上手におくことができました。
豆のにおいをかいだり、さやの綿の部分に触れて「ふわふわだね」と
伝えてくれる子もいてみんな積極的に参加してくれました！！



ゆめ組の子もそら豆にチャレンジ
怖がることなく、興味津々で触って
いました！

