



# こもれび

R4  
いの木 保青園  
園長

富は一生の財  
身減すれば即ち共に減す  
命は是る代々の財  
命終れば即ち随って行く

お金よりも智慧を残そう

歌舞伎や狂言など日本のものから  
続く芸能は、昔から語りつづけてきたり  
親や先生から習い、その技をまたつ子にも  
伝へていきます。だから智慧は

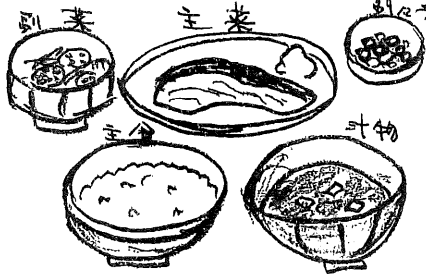
「自分の命が終わっても」次の代へと続いて  
いく。お金の使えなくなりますが

智慧はくから使ってもなくなりません  
「実語教」を勉強すれば智慧とつながります  
さーとさーとすーと伝へていこう

とても大事なことであります

齋藤 孝

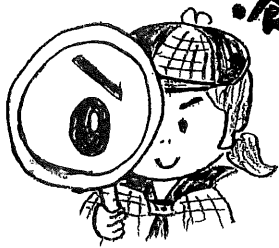
## 栄養バランスのよい食事



- 主菜 → 魚や肉などたんぱく質を補給
- 副菜 → 煮物や和之物、サラダなど  
野菜を中心とし、ビタミン、ミネラルを補給
- 副菜 → 野菜、煮豆など、足りない栄養素を補給
- 汁物 → 水分を補給
- 主食 → ごはん

和食の基本形(献立)  
「一汁三菜」  
一汁(品汁物)  
三菜(主菜+副菜+副々菜)

## 心がけてみましょう



### 「食べない原因」とその対応

- 感覚に異常がある: 視覚・聴覚・嗅覚・触覚が敏感すぎたり、鈍感すぎたりするため  
見た目、咀嚼の音、におい、味、食感などに過敏に反応している  
対応: 「この食べ方がイヤなわけがない」と考えず、調理方法で工夫して見た目、温度、味、食感などを子どもが苦手な感覚を減らす工夫を工夫する
- こだわりがある: 食体験や想像力が不足しているため、食べたことのないものを口にすることが不安を醸成し、食べるものを限定しようとする傾向がある  
対応: 不安を受け止め、自己ルールを認めあげた上で、少しずつルールの範囲を広げる
- 家庭と異なる環境に不安がある: 家庭で食べたことのないものに不安を感じる。同じ食事も見た目や形、具材が違っていると、同じものと認識できず、口にできない  
対応: 「いつも食べたものと同じである」と説明し、不安を取り除いていく。また家庭と園で異なる点があるような情報は共有して対応する
- 食事に用いる様々な体験が乏しい: 過去に無理やり食べさせられたり嫌な経験をしたこと、食事の際に  
幼少時に「早く食べて」と思われ、食べたくなくなくなる  
対応: 過去の体験を共有して話をきかせ、それ以上の強要はしない。初めに食べる時は無理強いはせず、好きな量から始める
- 食への意欲・関心がない: 食への意欲が食への興味や好奇心がなく、食事は面倒な行為だと感じる  
対応: 空腹の空腹がなく、食への意欲が湧かない場合もある  
対応: 先に強制せず、少量でも食への興味を感得させることを優先する
- 食べる機会がなかった: 食への意欲が湧かない場合、食べる機会がなかったり、食べるものの数が少ない可能性も、家庭の偏食が影響している  
対応: ほかの子と同じように、日常に用意し、食べる機会を提供し続ける
- 筋力が弱い: 座り姿勢を保持する、食器を使う、食への興味を高めるなどの行為は筋力が必要だが、それが不足している  
対応: 筋力が不足している場合は、食への興味を高める工夫をする。又、使ったりする食器を用意するなどの工夫も必要

日	曜日	R4年度3月行事予定	しいの木保育園	支援センター	課外教室
1	水				
2	木				ピアノ
3	金	ひな祭り・誕生会 (全クラス 10:00~)			サッカー
6	月		給食検討	作りましょう	
7	火	サッカー (つき 9:15)		作りましょう	体操
8	水			作りましょう	
9	木	お茶会 (つき組おもてなし茶会 9:00)			ピアノ
10	金	体操 (そら・ほし 9:30)			サッカー
13	月	交通教室 (そら・ほし・つき 9:30)			
14	火	サッカー (9:15)			体操
15	水	会議			
16	木	用品教材の販売日 (15:00~16:00)			ピアノ
17	金	避難訓練		誕生会	サッカー
20	月	つき組遠足 9:00 出発	お弁当の日		
22	水				
23	木	アスルクラロサッカー (つき 10:00)		リトミック	ピアノ
24	金	修了式		PM閉	
25	土	卒園式 保育は行いません		PM閉	
		27日(月)~30日(金) 希望保育		PM閉	
31	金	入園式準備の為 保育はお休みとさせていただきます			

### お知らせとお願い

9日(木): つき組保護者様をつき組の子どもたちがおもてなしです。二階ホールにて行います。

前半は、子ども達の普段の様子を見学していただき、その後 順番に行います。

\*表千家より、「習いのはじめ」をいただきましたので、一人一人にお渡しします。

13日(月): 交通教室は最終回です。ゆうすいと一緒に、交通安全の約束、守りましょう!

16日(木): 用品教材の販売には、業者が違いますので、釣銭のないようご用意ください。

20日(月): つき組の遠足は、散策しながら体育館へ行き、ドッチボール大会を行います。

思いでいっぱいの日になると良いですね!

23日(木): アスルクラロさんが、町内施設にお楽しみサッカー教室を開催して下さいます。

24日(金): はな組・ゆめ組・にじ組・そら組・ほし組・つき組、みんな大きくなりました。

修了証をそれぞれに渡します。

25日(土): 卒園式は、職員全員参加で行います。保育は行いませんのでご了承ください。

### 4月の保護者関係

\*4/1(土) 入園式 (新入園児親子の出席です)

\*4月中は、子ども達と元気に挨拶をお願いします

裏面こもれび⇒