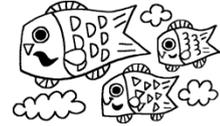


# ぽんぽこ だより



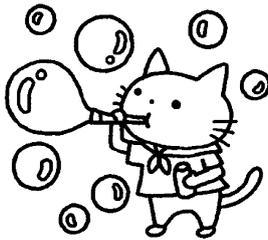
令和5年 木更津ぽんぽこ園

入園・進級から1ヶ月。子どもたちも新しい生活にすいぶん慣れてきました。緊張もやわらぎ、自分のことを自分でしようとする子、自分でできるけど「せんせいやって〜」と甘える子。それぞれの気持ちを受け止め、見守りの気持ちを大切にしています。



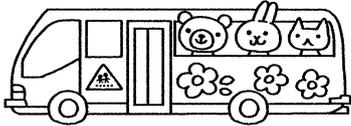
## 今月の予定

- ・誕生日会
- ・避難訓練
- ・身体測定



## あたらしいおともだち

### たくさんあそぼうね



### 着替えを多めに用意

汗ばむ陽気の日も増えてきました。子どもたちは外遊びが大好き。土遊びをして汗をかいて、着替えの回数も増えています。汚れたものを持ち帰ったときは必ず補充をお願いします。枚数も少し多めにご用意ください。よろしくお願いいたします。



気をつけたい

## 感染症 流行性耳下腺炎 (おたふく風邪)

最大の特徴は耳下腺がはれてくること。発熱はあったりなかったりしますが、何しろ口を開けると痛いので、食べにくくなります。かかっても軽症なら問題ありませんが、無菌性髄膜炎や難聴、脳炎など多くの合併症があり、重症化することもあります。任意ですがワクチン接種で予防することができます。



子どもに必要な

## 栄養素

### 糖質

糖質は炭水化物から食物繊維を除いたものです。糖質というと甘いものをイメージしますが、ご飯やイモ類に含まれるデンプンも糖質の仲間。体を動かすエネルギーにすばやく変わるので、朝食ではパンやご飯、イモ類などをとるようにしましょう。

