



2025.5.28
留萌聖園幼稚園

生活習慣病の予防を含め、健康維持のために体を動かそう、歩こうと言われています。目安は10,000歩。こんな数字を目にすることも多いと思いますが、さすがにこの数字は普段の生活の中では努力が必要です。健康を考え、体を動かし、歩くことは大変なことです。

自分の携帯の歩数計アプリを見ても週末でさえ2,000歩、3,000歩程度でほど遠い数字です。60歳以上になるとあまり歩くと腰や膝に良くないとも言われ、それを口実にしています。

さて、幼児期の子どもたちの様子を見てみると、いつも走っている、動いているという印象を持ちます。園舎の中でも一人が走り出すと動物の本能かと思えるほど、我先にとみんな走り出します。5歳という年齢は、成長する過程で、最も活動的な時期と言われています。言い換えれば、体が動く時期であり健やかに成長していく上で、たくさん体を動かすことを必要としている時期であるということです。「5歳の子どもの歩数を調べると1日24,000歩にもなる、また子どもたちが体を思いきり使って遊ぶ時間は、1日5時間は必要だろう」とも言われています。しかし、どうでしょう。今の子どもたちはこんなに身体を動かしているのでしょうか。ひよっとすると10,000歩までいかないかもしれません。1時間も体を動かして遊んでいないかもしれません。じゃあ、今から24,000歩、歩こう、5時間体を動かそうと言ってもそれはそれで、かなり無理なことです。でも、今より少し歩く機会を増やす、少し一緒に体を動かす時間を持つなどの親子で工夫してはどうでしょうか。小さな積み重ねが大切なのだと思います。運動会の準備も少しずつ始まります。子どもたちが元気に踊ったり、走ったりする姿に大人は癒されますが、この機会と一緒に運動してはどうでしょう。

園長 大長 司

☆6月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
5/25 	26	27 運動教室 ※ビブス着用	28 保育参観日 (ひまわり・もも)	29 保育参観日 (ゆり・たんぼぼ)	30 歯科検診 歯磨き指導(年長) 月末集計	31 
6/1 	2 ☆麦わら帽子に 変わります	3 運動教室 ※ビブス着用	4 内科検診	5 春の遠足	6 6月の誕生会	7 
8 	9 開園記念日(休園) ※預かり保育はありません	10 運動教室 ※ビブス着用	11 避難訓練	12 役員会 10:00~	13 絵本配布日 ※父の日のプレゼント持ち帰り	14 
15  父の日	16 ※口座引き落とし日	17 カレーの日	18 スポセン練習	19	20 神父様のお話し会	21 
22 	23	24	25 スポセン練習	26 運動会総練習 (スポーツセンター) ※ビブス着用	27 会場準備 18:00~ (スポーツセンター)	28 第83回 運動会 (スポーツセンター)
29 	30 1号認定 振替休日 ※預かり保育あります 2号認定 保育日	7/1 運動教室 ※ビブス着用 6月の月末集計	2	3 園舎開放日	4 ウキウキ思い出保育 (年長) 年中少1号認定 休園 ※預かり保育あります 年中少2号認定 保育日	5 

☆6月の保育目標

主 題	<ul style="list-style-type: none"> ・神様からいただいた身体を大切に、いろいろな能力を伸ばす。 ・家族の人、特にお父さんのお仕事に感謝の心を持つ。 ・園庭や園外保育に出かけて元気に遊ぶ。 		
満3歳	年少組	年中組	年長組
<ul style="list-style-type: none"> ・園生活の約束を少しずつ覚えていく。 ・遊びの中で体を動かし表現を楽しむ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・幼稚園での生活の仕方がわかり、簡単な身の回りの始末が自分で出来る。 ・全身を使う遊びに興味を持ち、いろいろな運動を楽しむ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・競争や表現活動を楽しみながら、運動会に向けて取り組む。 ・友達との関わりの中で、自分の思った事や感じた事を行動や言葉で表現出来る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達と協力して遊ぶことが出来る。 ・園での生活リズムを理解し、規則正しい行動がとれる。 ・自分の力を十分に発揮して、運動や表現活動に取り組む。

☆行事案内

春の遠足【6月5日(木)】 *給食ではありません。お弁当をお持たせ下さい!!

春の遠足は、高砂公園へ出かけます。年中少組は、一部園バスも利用しますが、年長組は往復歩きます。雨天の場合は、延期せず、園内で「遠足ごっこ」をしますので、必ず遠足の準備をしてきてください。

《用意するもの》

- *お弁当・箸、スプーン、フォークなど・水筒・ランチョンマット・おしぼり
- *レジャーシート(自分でたためるサイズ)
- *おやつ(持ち帰れる様にジッパー袋に入れて下さい。)
- *おやつのごみを入れる袋

- ※リュックは園の通園リュックでも、レジャー用のリュックでも良いです。
- ※出席カード・歯ブラシとコップもお忘れなく。
- ※提出物がある時のみ、おたよりパックをお持たせ下さい。



★持ち物には、必ず名前を付けて下さい!
ゴミ袋や、シートを入れる袋にもお願いします

《お弁当・おやつについてのお願い》

- ◎レジャーシートの上に座って食べますので、お弁当は、お子さんの食べやすいものをご用意ください。
- *おにぎりやサンドイッチ等、手で持って食べられるものにして下さい。
- *おやつも食べますので、あまり多くならないようにして下さい。
- ◎おやつは、2~3種類にしましょう。気温が高くなると、チョコレートはとけますので、お気を付けてください。

避難訓練【6月11日(水)】

今年1回目の避難訓練を実施します。今回は、火災発生時の避難誘導です。初めてのお子さんがおりますので、訓練という事をお話してから行います。(天候や行事の変動により日程を調整する場合があります。) 今後は地震等の場合の防災ずきん着用の練習も随時行って行きます。



☆運動会の練習が始まります

- ◎運動会の練習が始まりますので、運動のしやすい服装・運動靴で登園させて下さい。
- ◎女の子の髪型は、麦わら帽子・カラー帽子をかぶる際に困らないようなヘアスタイルでお願いします。

スポーツセンター練習【6月18・19・20・25日】

運動会の練習のために、スポーツセンターをお借りし、バレーン・遊戯・競技の練習を行います。

通院等で遅れる場合、朝のうちに忘れずに園に連絡を入れて下さい。

- ※ 全クラスが毎日行くわけではありません。
- ※ この期間の練習見学はお断りいたします。

運動会総練習【6月26日(木)】

総練習をスポーツセンター大体育館で行います。この日はお手伝い以外の保護者の見学はお断りしています。

また、スナップ写真の撮影もします。全員、朝からビブスを着けて登園させて下さい。

※運動会当日の詳細は後日お知らせします。

☆お知らせ

満3歳児のお二人が入園いたしました。どうぞよろしくお祈いします!!

5月12日より たんぽぽ組 山水 ひかるちゃん

5月14日より もも組 大原 りえちゃん



☆お休み・保育日について

	1号認定	2号認定
6/ 9(月) 開園記念日	休園 ※預かり保育はありません。	
6/ 30(月) 運動会の振替休日	振替休日 ※預かり保育対応	保育日
7/ 4(金) ウキウキ思い出保育 (年長組のみの行事)	年中少組休園 ※預かり保育対応	保育日

※7/4 年間行事予定表には、年中少組休園となっていました、2号認定の保育日となっております。

◎1号認定の預かり保育・・・ 利用する方は、事前にお申し込み下さい。緊急の利用も可。

2号認定 保育日 …… 降園時間予定確認表に利用の有無を記入して下さい。

*昼食の事や持ち物等は、利用する方に後日連絡いたします。

☆お願い

*ビブスについて

運動教室等で使用しているビブス(ゼッケン)ですが、お子さんの体型によっては、肩が下がってしまう方もいらっしゃいますので、肩の部分を少し詰めるなど、お家で調整して下さい。また、名前の布は、四隅だけでなく、しっかりと縫い付けてください。

*外靴について

園庭で遊んだり、散歩にも出かけます。特に、これからは、運動会の練習も外でします。動きやすい運動靴で、脱ぎ履きが自分でできるものを履かせて下さい。また、名前がついていらっしゃる方が多数いらっしゃいます。必ずわかりやすいところに、名前をつけるようにして下さい。

*水筒について

水筒は、必ず袋に入れ、カバンに入れる時には、ふたを上にして立てて入れてください。

※ 寝かせて入れると、中身がこぼれることがあります。

※ 水筒についているパッキンやロックの確認もお願いいたします。