



# ひかりだより



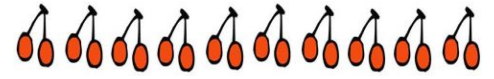
# 6月

Vol.93

院内保育所 ひかり

## 今月のねらい

- ・探索活動を楽しみ、身の回りの物に好奇心や興味を持つ。
- ・梅雨に入るので湿度や気温に配慮し、室内や遊具を清潔に保ち、快適に過ごせるようにする。



## 6月の行事予定

1日(水) 身体測定

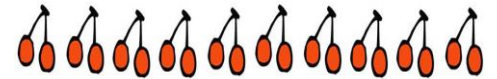
20日(月) 避難訓練

(火災)

22日(水) お誕生会

\*毎週土曜日

布団・帽子持ち帰り



梅雨時は気温の差もあり、体調を崩しやすい時期ですね。子どもたちの健康状態の変化にもいっそう気を配っていきたいと思います。また、食中毒も心配な季節になりました。特に食事の前には、丁寧に手を洗い、清潔な配膳を心掛けたいと思います。

今月も新しいお友達が増えることになり、にぎわいを楽しみにしています。



## そしやく

最近、かむ力(咀嚼力)が弱くなっているそうです。よくかむということは体にどんな影響を与えるのでしょうか？

- ・口の中がしげんに清掃されます。
- ・あごがしげんに疲れて、過食を防ぎます。
- ・胃の負担も軽くなり、よく消化されます。
- ・少ない量で、栄養素が十分体に吸収されます。
- ・唾液がよく出て、唾液の消化酵素の分泌がよくなります。
- ・かみしめる力は意思力、判断力、辛抱強さなど精神面にもかかわってきます。
- ・あごやその筋肉を発達させ、頭部、顔面、あごの骨などを成長させます。
- ・頭の働きをよくします。



新しいお友達が  
増えました☆

