



令和7年
4月1日発行
社会福祉法人
ペリー福祉会
ペリー保育園
857-2765

令和7年度、入園・進級おめでとうございます。園庭の桜の木には新緑の葉が生い茂り、初夏の訪れを感じます。保護者の皆様には、ペリー保育園の保育と教育にご理解・ご協力をいただき感謝申し上げます。

さて、今年度も対面での行事の機会を少しでも多くし、“子育ては楽しい”と思えるように保育者と保護者が話しやすい環境に取り組み、また、保育者の子どもに対する保育の質の向上に努めます。そのためにも、毎月の園だより、クラスだよりなど必ず目を通していただき、子どもの持ち物の準備、日々の保育がスムーズに取り組めるようご協力をお願いします。連絡方式として連絡帳もコドモンにて配信中です。

今まで以上に保護者の皆様との信頼関係を深め、子どもの夢や幸せの種が芽吹くよう、「一緒に笑い」「一緒に感動し」子どもの心の震えが勇気に繋がるよう、抱きしめ、励まし、見守っていかねたらと考えています。

保護者の皆様と共に子どもとしっかり向き合い、多くの皆様の協力を得て楽しい保育園生活が過ごせるよう、今年度もご協力をよろしくお願い致します。

今月の目標

「安心・信頼」

新しい環境の中、心のよりどころを探す。

今月の歌

うた：ちょうちょ・はるですね はるですよ
てをたたきましょう・先生とおともだち

お知らせ

○ 進級園児には通い慣れた園でも、部屋もクラス担任も変わり不安になります。新入园児はなおさら留意が必要です。子どもの気持ちを大切にしましょう。

○ スイミング・体操教室・リトミックは、行事等の都合で変わる場合があります。毎月の園便りをご覧ください。

○ 新年度説明会には、当園の保育のあり方、子どもをもっと深く理解し、応援していくために、クラス担任からのクラス経営計画、給食担当栄養士から給食について、

園長から全体的な保育の安全や行事予定についてなど、

細かな説明になります。個人的なご相談も受け付けます。

お気軽にご相談下さい。詳細は後日、説明会のご案内をコドモンにてお知らせします。

4月の予定		
スイミング教室（4日・11日・18日・25日）		
体操教室（3日・10日・17日・24日）		
リトミック（8日・22日）		
1	火	進級・入園式（園児のみ）
2	水	発育測定
5	土	園内研修・安全点検日
9	水	避難訓練
12	土	新年度説明会
15	火	こいのぼり掲揚式・弁当会
16	水	キッズ見守り隊
25	金	給食会議
29	火	昭和の日
30	水	誕生会





4月献立表



社会福祉法人 ペリー保育園
栄養士 平良裕子

2025年

日	曜日	献立	＜きいろ＞ 熱と力になるもの	＜あか＞ 血や肉や骨になるもの	＜みどり＞ 体の調子を整えるもの	3時おやつ	朝のおやつ (3歳未満児)	
1	火	黒米ごはん、ハンバーグ、 あお豆サラダ、なめこのみそ汁、 グレープフルーツ	米、食パン、 プリン(卵不使用)、 バター、黒米	牛乳、豆腐、みそ、 メンチカツ(卵不使用)、 かつお節、チーズ	グレープフルーツ、なめこ、 キャベツ、えだまめ	牛乳 フレンチトースト	野菜ビスケット	
2	水	さばの蒲焼き丼、 シカムドゥッチ、バナナ	米、さつまいも、もち粉、 紅芋粉、押麦、ごま、 グラニュー糖、 片栗粉、三温糖、油	牛乳、さば、豚肉、 かまぼこ(卵不使用)、 かつお節	バナナ、とうがん、にんじん、 しいたけ	牛乳 芋くじ天ぷら	源氏パイ	
3	木	雑穀ごはん、ピーマンの肉づめ、 マカロニサラダ、 もずくのみそ汁、オレンジ	米、マカロニ、パン粉、 ノンエッグマヨネーズ、 雑穀、バター、小麦粉	牛乳、豚肉、豆腐、 みそ、ハム(無添加)、 かつお節	オレンジ、もずく、ピーマン、 きゅうり、たまねぎ、コーン、 にんじん、レーズン	牛乳 マヨネーズ	リッツ	
4	金	スパゲティナポリタン、 グリーンポタージュ、 りんご(2歳児以上)、バナナ(0.1歳児)	スパゲティ、米、ごま油	牛乳、糸けすり ベーコン(無添加)	りんご、たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、ほうれんそう、 パプリカ、ピーマン、コーン、 バナナ	牛乳 焼きおにぎり	マリー	
7	月	麦ごはん、チキンカレー、 白菜のスープ、オレンジ	米、じゃが芋、押麦、 ホットケーキミックス	牛乳、鶏肉、 小豆、豆乳	オレンジ、たまねぎ、はくさい、 にんじん、かぼちゃ、しめじ、 グリーンピース	牛乳 小倉抹茶蒸しパン	せんべい	
8	火	雑穀ごはん、魚の西京焼き、 ブロッコリーサラダ、 さつまいものみそ汁、グレープフルーツ	米、さつまいも、雑穀、 そうめん、油、三温糖、 ノンエッグマヨネーズ	牛乳、白身魚、みそ、 ツナ缶、かつお節	グレープフルーツ、ブロッコリー、 キャベツ、たまねぎ、にんじん、 コーン、葉ねぎ	牛乳 そうめん チャンプルー	胚芽クラッカー	
9	水	二色丼、ゆし豆腐、バナナ	米、三温糖、押麦、ごま	牛乳、豆腐、鶏肉、 さけ、かつお節、みそ	バナナ、ほうれんそう、 にんじん、葉ねぎ	牛乳 鮭おにぎり	マリー	
10	木	きびごはん、肉じゃが、 納豆和え、心のみそ汁、 りんご(2歳児以上)、バナナ(0.1歳児)	米、じゃが芋、米粉、 しらたき、三温糖、 油、きび、麩、片栗粉	牛乳、納豆、豚肉、 ヨーグルト、みそ、 かつお節	りんご、ほうれんそう、たまねぎ、 にんじん、さやいんげん、 しいたけ、わかめ、のり、バナナ	牛乳 焼きドーナツ	ビスコ	
11	金	玄米ごはん、ヤンニョムチキン、 切干大根のナムル、 ワタンスープ、オレンジ	米、食パン、玄米、 ワタンの皮、片栗粉、 揚げマヨネーズ、 三温糖、ごま、油	牛乳、鶏肉、 豚肉、みそ	オレンジ、コーン、きゅうり、 もやし、にんじん、ごまつな、 コーン、切り干しだいこん	牛乳 トースト	野菜ビスケット	
14	月	マーボー豆腐丼、 大根の中華スープ、 グレープフルーツ	米、小麦粉、黒砂糖、 押麦、片栗粉、 三温糖、ごま油	牛乳、豆腐、豚肉、 鶏肉、みそ	グレープフルーツ、だいこん、 たまねぎ、にんじん、たけのこ、 ごまつな、葉ねぎ、しいたけ	牛乳 タンナファクルー	源氏パイ	
15	火	お弁当会  ♪お弁当楽しみだね♪					牛乳 スティックパイ (パイ、あんこ)	リッツ
16	水	麦ごはん、バーベキュー、 ブロッコリー、コーンスープ、 りんご(2歳児以上)、バナナ(0.1歳児)	米、野菜ビスケット、 砂糖、押麦、三温糖	牛乳、鶏肉、 ベーコン(無添加)	ぶどうジュース、りんご、 ブロッコリー、コーン、キャベツ、 パプリカ、たまねぎ、 レモン、オレンジ	牛乳 ぶどうゼリー 野菜ビスケット	せんべい	
17	木	きびごはん、豚肉の生姜炒め、 ゆかり和え、アーサのみそ汁、 オレンジ	米、食パン、はちみつ、 きび、バター、 三温糖、ごま	牛乳、豚肉、みそ、 かつお節、きな粉	オレンジ、たまねぎ、きゅうり、 さやいんげん、えのきたけ、 にんじん、アーサ	牛乳 きなこトースト	胚芽クラッカー	
18	金	雑穀ごはん、さばのごまみそ焼き、 きんぴらごぼう、 キャベツと油揚げのみそ汁、バナナ	米、雑穀、ごま、 三温糖、ごま油	牛乳、さば、みそ、 かつお節、油揚げ	バナナ、ごぼう、にんじん、 キャベツ、うめ干し	牛乳 梅おなかおにぎり	マリー	
21	月	玄米ごはん、魚のサバ焼き、 小松菜炒め、絹ごし豆腐のみそ汁、 りんご(2歳児以上)、バナナ(0.1歳児)	さつまいも、米、玄米、 ノンエッグマヨネーズ、 三温糖、はちみつ、 パン粉	牛乳、白身魚、豆腐、 みそ、ツナ缶、 かつお節	りんご、ごまつな、にんじん、 たまねぎ、わかめ、オレンジ	牛乳 スイートポテト	ビスコ	
22	火	肉野菜そば、 ちくわゆかり焼き、バナナ	沖縄そば、米、 小麦粉、油、 ノンエッグマヨネーズ	牛乳、ちくわ、 豚肉、ツナ缶	バナナ、キャベツ、 にんじん、きくらげ	牛乳 ツナマヨおにぎり	野菜ビスケット	
23	水	きびごはん、手羽元の煮付け、 ひじきの炒め、大根のみそ汁、 グレープフルーツ	米、しらたき、 三温糖、きび	牛乳、鶏肉、みそ、 ちくわ、かつお節、 大豆、油揚げ	グレープフルーツ、だいこん、 りんご、もも、みかん、 バナナ、さやいんげん、 にんじん、ひじき	牛乳 フルーツポンチ	リッツ	
24	木	ゆかりごはん、島豆腐の肉みそかけ、 にんじんサラダ、レタスのみそ汁、 りんご(2歳児以上)、バナナ(0.1歳児)	米、バター、雑穀、 ホットケーキミックス、三 温糖、油	牛乳、豆腐、みそ、 豚肉、チーズ、 かつお節、ツナ缶	りんご、にんじん、レタス、 えだまめ、しめじ、バナナ	牛乳 チーズスコーン	せんべい	
25	金	麦ごはん、クリームシチュー、 プチプチスープ、オレンジ	米、食パン、 じゃが芋、押麦、 小麦粉	牛乳、鶏肉	オレンジ、たまねぎ、にんじん、 キャベツ、いちごジャム、 グリーンピース	牛乳 いちごサンド	源氏パイ	
28	月	もずく丼、チムシンジ、オレンジ	米、じゃが芋、黒砂糖、 押麦、グラニュー糖、 押麦、片栗粉	牛乳、小豆、豚肉、 みそ、かつお節	オレンジ、もずく、にんじん、 たまねぎ、だいこん、ピーマン、 コーン、にら	牛乳 ぜんざい	胚芽クラッカー	
29	火	 昭和の日 						
30	水	＜誕生会にゅ＞黒米ごはん、 鮭の照焼き、磯マヨネーズ和え、 イナムドゥッチ、グレープフルーツ	米、こんにゃく、 ノンエッグマヨネーズ、 黒米	さけ、豚肉、みそ、 かまぼこ(卵不使用)、 ハム(無添加)、かつお節	グレープフルーツ、ごまつな、 キャベツ、にんじん、しいたけ、 のり	りんごジュース お祝いクレープ	ビスコ	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施していきます。

☆給食時にアレルギー症状を発生させないために、一度も口にされていない食品は必ずご家庭で食べられてから通園していただきますよう、ご協力よろしくお願いします。





4月離乳食献立表



2025年

社会福祉法人
ベリー保育園
栄養士 平良裕子

回食		1回食(午前)		補食(午後)		回食		1回食(午前)		補食(午後)	
月齢		9・10・11ヶ月		9・10・11ヶ月		月齢		9・10・11ヶ月		9・10・11ヶ月	
固さの目安		歯ぐきでつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ		固さの目安		歯ぐきでつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
		バナナ位(荒みじん切り)		バナナ位(荒みじん切り)				バナナ位(荒みじん切り)		バナナ位(荒みじん切り)	
		献立名		材料				献立名		材料	
1	火	軟飯 鶏肉の煮つけ 和え物 なめこのみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 キャベツ、 なめこ、豆腐、 オレンジ	青のりおじや (米、青のり)	16	水	軟飯 鶏肉の煮つけ ブロッコリーソーテー コーンスープ オレンジ	米、鶏肉、 ブロッコリー、玉ねぎ、 パプリカ、コーン、 キャベツ、オレンジ	かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)		
2	水	軟飯 魚の煮つけ シカムドゥッチ バナナ	米、白身魚、 豚肉、冬瓜、 にんじん、 しいたけ、バナナ	芋おじや (米、さつま芋)	17	木	軟飯 肉野菜炒め スティックきゅうり アーサのみそ汁 オレンジ	米、豚肉、 いんげん、玉ねぎ、 にんじん、 きゅうり、アーサ、 えのき、オレンジ	青のりおじや (米、青のり)		
3	木	軟飯 ビーマンの肉詰め マカロニサラダ もずくのみそ汁 オレンジ	米、ピーマン、 豚肉、玉ねぎ、 にんじん、 マカロニ、 きゅうり、もずく、 豆腐、オレンジ	ゆかりおじや (米、ゆかり)	18	金	軟飯 魚の煮つけ ほうれん草炒め キャベツのみそ汁 バナナ	米、白身魚、 ほうれん草、 にんじん、 キャベツ、バナナ	おかかおじや (米、かつお節)		
4	金	煮込みスパゲティ ほうれん草のスープ バナナ	スパゲティ、 鶏肉、にんじん、 玉ねぎ、ピーマン、 ほうれん草、バナナ	おかかおじや (米、かつお節)	21	月	軟飯 魚の煮つけ 小松菜炒め 豆腐のみそ汁 オレンジ	米、白身魚、 小松菜、玉ねぎ、 にんじん、豆腐、 わかめ、オレンジ	ふかし芋 (さつま芋)		
7	月	軟飯 野菜煮 白菜のスープ オレンジ	米、鶏肉、 じゃが芋、玉ねぎ、 にんじん、 グリルピー、白菜、 しめじ、オレンジ	かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)	22	火	肉野菜そば かぼちゃ煮 バナナ	沖縄そば、豚肉、 にんじん、 キャベツ、かぼちゃ、 バナナ	ツナおじや (米、ツナ)		
8	火	軟飯 魚の煮つけ ゆでブロッコリー さつま芋のみそ汁 オレンジ	米、白身魚、 ブロッコリー、 さつま芋、玉ねぎ、 オレンジ	そうめんちゃんぽん (そうめん、 キャベツ、にんじん)	23	水	軟飯 手羽元の煮付け ひじきの炒め 大根のみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 ひじき、にんじん、 いんげん、大根、 オレンジ	ゆかりおじや (米、ゆかり)		
9	水	二色丼(軟飯) ゆし豆腐 バナナ	米、鶏肉、 にんじん、 ほうれん草、豆腐、 バナナ	鮭おじや (米、鮭)	24	木	ゆかり軟飯 豆腐の煮つけ にんじんスティック レタスのみそ汁 バナナ	米、ゆかり、 豆腐、レタス、 しめじ、バナナ	青のりおじや (米、青のり)		
10	木	軟飯 肉じゃが 挽割納豆 ふのみそ汁 バナナ	米、豚肉、 じゃが芋、玉ねぎ、 にんじん、しいたけ、 いんげん、納豆、 ふ、わかめ、 バナナ	青のりおじや (米、青のり)	25	金	軟飯 野菜煮 野菜スープ オレンジ	米、鶏肉、 玉ねぎ、にんじん、 じゃが芋、 グリルピー、キャベツ、 オレンジ	ほうれん草おじや (米、ほうれん草)		
11	金	軟飯 鶏肉の煮つけ 和え物 ワンタンスープ オレンジ	米、鶏肉、 大根、きゅうり、 ワンタンの皮、 豚肉、にんじん、 もやし、小松菜、 オレンジ	おかかおじや (米、かつお節)	28	月	もずく丼(軟飯) チムシンジ オレンジ	米、もずく、 豚肉、にんじん、 玉ねぎ、ピーマン、 じゃが芋、大根、 オレンジ	かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)		
14	月	マーボー豆腐丼 (軟飯) 大根のスープ オレンジ	米、豆腐、豚肉、 にんじん、玉ねぎ、 しいたけ、大根、 小松菜、しいたけ、 鶏肉、オレンジ	ゆかりおじや (米、ゆかり)	29	火	 春分の日 				
15	火	野菜おじや 豆腐の煮付け ふのみそ汁 オレンジ	米、ツナ、 にんじん、玉ねぎ、 グリルピー、豆腐、 ふ、わかめ、 オレンジ	ほうれん草おじや (米、ほうれん草)	30	水	軟飯 鮭の煮つけ 和え物 イナムドゥッチ オレンジ	米、鮭、小松菜、 キャベツ、にんじん、 豚肉、しいたけ、 オレンジ	ゆかりおじや (米、ゆかり)		

※厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。

※献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。

※離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

2025年

4月 給食だより

社会福祉法人
ペリー保育園

栄養士 平良裕子

ご入園、ご進級おめでとうございます。今年度も、安心・安全な給食作りを目指したいと思います。4月の給食は、子どもたちにとって食べやすく、そして人気の高いメニューを多くしています。

<食育ってどんなこと?>

食育とは、さまざまな体験を通して、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実施できる力を育むことです。食を営む力によって、基礎ができる乳幼児期は重要な時期になります。

(食育で目指す子どもの姿)

- お腹がすくリズムのもてる子ども
- 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- 一緒に食べたい人がいる子ども
- 食事づくり、準備にかかわる子ども
- 食べ物を話題にする子ども

★給食室職員紹介★



(栄養士) 平良 裕子
(調理師) 城間 美早
(調理師) 小林 優子

安心で安全なおいしい給食を提供してまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。

りんごの提供について

2025年4月より

0.1歳児…りんごの提供なし

(他の果物を提供します)

☆噛む力が弱く、体調面(咳・鼻水)が安定しない子どもも多いため。

☆りんごと同等の扱いとなる梨・柿の提供もありません。

☆お家では、こどもの発達に合わせた形態で食べてください。

2歳児以上…りんごの提供あり

☆お家で、よく噛んで食べる習慣を身に付けましょう。

※新年度説明会の時に、詳しく説明させていただきます。

～ 子供たちの健康を支える「給食」 ～

★ 給食の栄養 ★

子どもに必要なエネルギー量と栄養素量は、国が基準を示しています。給食では、この「基準」に合わせて献立を作成しています。

<バランスよく摂取したい食材>

- ・体を動かす基となるごはんなど(炭水化物)
- ・体を作る肉、魚、大豆製品など(たんぱく質)
- ・体の体調を整える野菜、果物、きのこなど(ビタミン・ミネラル)

<摂り過ぎに注意したい食材>

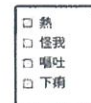
- ・砂糖
- ・塩

★ 安全に配慮した給食(食中毒予防) ★

子どもたちに安全な給食を提供するために、国のガイドラインに沿った衛生管理を行っています。各工程で、決められた内容を実施し、記録しながら作業を行うことで安全性を高めています。



納入業者・
食材の品質管理



職員の
体調管理



調理室での
衛生管理



調理時の加熱の
徹底(殺菌)

<きびなごのから揚げ>

4人分

【材料】

- ・きびなご…120g
- ・小麦粉…適量
- ・油…適量



きびなごは、たんぱく質・カルシウム・鉄・ビタミン等が豊富な食材です。

子供たちにとっても人気のメニューです。

【作り方】

- 1 きびなごに小麦粉をまぶし、油でカリッと揚げるだけで完成です♪

ほけんだより



令和7年4月

社福 ペリー保育園

看護師 賀数彩子



令和7年度、進級・入園おめでとうございます。新しいクラス、新しい担任の先生、新しいお友達と、たくさんの『新しい』と出会うでしょう。ワクワクするような体験や挑戦をする子ども達の成長・発達をサポートしていきます。

新年度は、子どもも大人も期待と不安が入り混じる時期です。体の健康は「食と睡眠」から、心の健康は「運動とスキンシップと太陽光」です。どちらにも共通することは「十分に」。好き嫌いを食べて・眠って・たくさん体を動かすこと、いわゆる規則正しい生活が大切だと言えますね。

今年度も健康情報や成長・発達をサポートするための情報を毎月発信していきますので、宜しくお願いいたします。

園医を紹介します！

たばる内科胃腸科

金城博幸先生

年に2回、皆さんの体が健康かを診に行きますね。その時は、元気に名前を言えるかな？

6月・11月の予定



ペリー歯科クリニック

高良麻呂先生

みんなのお口の中は元気かな？虫歯がないかチェックしに行くね！

大きく口を開ける練習をしよう！

6月・11月の予定



つめのケアはできていますか？

お子さんのつめは定期的に切っていますか？

大人に比べて子どもの爪は伸びるのが早く、紙のように薄い為、自分が傷つくだけでなく、他のお友達に思わぬケガをさせてしまうこともあります。また、菌や汚れがたまったり、爪が割れたりすることもありますので、1週間に1回は確認しましょう。

登園前の健康チェックをお願いします

年齢が上がるにつれ、体力がついてきて感染症にかかる回数は少なくなりますが、まだ自分の体調を的確に表現できません。

登園前に体調不良のサインが出ていないかチェックしてみましょう。

病気のサインはないですか？

目

目やにや涙が出る、充血している など

鼻

鼻水、鼻づまり、口呼吸 など

皮膚

ポツポツが出ている、はれている など

うち

回数や性状、においがいつもとちがう など



□「疲れた」「痛い」と言う

こんなサインに



おしゃべりが上手になっても、自分の体調を適切にいうのはまだまだ難しい年齢。腹痛ではないが、具合が悪いときに「おなかが痛い」といつたり、だるいことを「疲れた」と言ったりすることもあります。

□姿勢が悪い

背中がぐにやりと曲がっている、ほおづえをつく、なんとなくしょんぼりしている・・・などは疲れが溜まっているサイン。体調不良の入口と考え、早めに休息をとみましょう。

□けんかが増える

大好きな遊びをすぐにやめてしまう、お友達とのけんかが増えるのは、心の元気が減っているサインです。

☆他にも・・・耳だれがある、耳をさわる（気にする）、腹痛を訴える、生あくびがある、登園をしる、水を飲み過ぎる、トイレに頻繁に行きたがるなどもサインの1つです。

蚊に刺されると、すぐくはれるのはなぜ？



ひどいときは病院へ

炎症を抑えるステロイドの塗り薬が必要な場合があったり、水ぶくれからばい菌が入る可能性があるため、危険な事も。ひどくなる前に早めに皮膚科を受診しましょう。

☆予防の1つとして、外へ出る前に流水と石けんで足を洗うと蚊が寄ってこなくなることもあります！

お子さんの平熱 ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は **37.5 度** ですが、個人差があります。
特に 0 歳児は環境の影響を受けやすいものです。



●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

0・1・2 歳の 靴選び

サイズの合わない靴やデザイン重視の靴、履き癖のついたお下がりの靴は転倒やケガの原因になるだけでなく、子どもの足の骨や体全体のバランスや成長を妨げます。
子どもの成長は早いので、シーズンごとにきちんとサイズを測り、足にしっかりフィットする靴を選びましょう。



よちよち歩きのころ (プレシューズ)

- ・足首の関節まで保護
- ・かかとが補強されている
- ・弾力のある靴底
- ・やわらかい素材



歩き始めのころ (ファーストシューズ)

- ・クッション性のあるかかと
- ・歩き方が安定してきたらローカットでも OK

立った姿勢ではいてみてチェック！

- ☐ 歩き方が不自然ではない？
- ☐ 痛いところはない？
- ☐ かかとがぶかぶかしていない？

3・4・5 歳の 靴選び

3.4.5 歳は運動量が飛躍的に増える時期。正しい歩き方を身につけながら就学前までに走る、跳ぶなど基本的な動作はほとんどできるようになります。足の骨も急速に発達し、土踏まずのアーチも3歳頃からつくられてきます。合わない靴は、足の発達だけでなく、姿勢や運動能力にも影響してしまいます。

- ・甲の高さが調整できる
- ・広く、厚みがある事
- ・指先に 5mm～1cm のゆとり
- ・つま先が少し反り上がっている
- ・スポッと履けるものはスポッと脱げます。スリッパンはやめましょう。



- ・運動してもずれない紐、または両面ファスナー
- ・足の動きに合わせてソフトに曲がる
- ・弾力のある靴底
- ・柔らかく、通気性の良い素材

正しい合わせ方

- ・中敷きを出してその上に立ち、つま先に 5mm～1cm の余裕がある事を確認する。
- ・履くときはつま先を上げ、かかとで軽くトントンと床をたたき、足を正しい位置に置く。
- ・靴の中で指が自由に動くことを確認する。
- ・大人がかかをを押さえた状態で子どもがかかとを上げ、脱げてしまわないかを確認する。

内服依頼について

保育施設では、原則として与薬（薬をあげること）の代行は行いません。ただし、医師の指示により保育時間内の服用がどうしても必要な薬は、その限りではありません。

① 医師の指示・処方により、**薬局で調剤した薬剤**に限ります。

② 『お薬依頼書』に必要事項を記入し、持参してください。

③ 薬は、1 回ずつ（シロップなら毎回清潔な容器に分けて、粉薬なら処方時の袋のまま）分けてください。

④ 薬・容器ごとに**名前をフルネームで記入**してください。

⑤ 塗り薬の場合、**塗る範囲を具体的に示して**ください。

⑥ 薬がある場合、**朝の受け入れ時に必ず手渡し**をお願いします。内容を確認します。

⑦ 自宅で 1 回以上服用・使用し、アレルギー反応等がないことを**確認**してください。

⑧ **薬剤情報提供書**または**お薬手帳のコピー**を添えて提出してください。

※保育所保育指針、日本保育保健協議会にて規定されています。