

令和8年度



SUN SUN 子育てだより



出雲サンサン保育園子育て支援事業



爽やかな風によって、園庭では色とりどりの鯉のぼりが気持ちよさそうに泳いでいます。子どもたちも鯉のぼりに負けないくらい元気いっぱい走り回り、園内には楽しそうな笑い声が響いています。過ごしやすい季節となりましたが、日によっては汗ばむほど気温が高くなる日も増えてきました。これから夏に向けて、汗をかく機会が多くなり、気づかないうちに水分不足になってしまうことがあります。水分不足は熱中症にもつながりますので、こまめな水分補給を心がけながら、元気いっぱい過ごしていきたいと思えます。

保育園の子どもたちは、広い園庭で砂遊びや滑り台、虫探しなど、それぞれが好きな遊びを見つけ、毎日元気いっぱい過ごしています。季節の風や自然に触れながら、友だちとの関わりも楽しみ、笑顔あふれる姿がたくさん見られます。

園庭では、お子さんのペースに合わせて無理なく過ごせますので、初めての方も安心してご参加いただけます。ぜひ遊びにいらしてくださいね(^_^)/

5月のサンサンへ行こう!

5/20 (水) 9:30~10:30
園庭遊びを予定しています。

着替え、水筒を持ってきてください(^_^)

★参加希望の方は、保育園までご連絡ください。

☎ 0853-43-7033

ホームページもご覧ください♪



～親子で楽しく家庭菜園♪～

おうちでできる家庭菜園を、お子さんと一緒に初めて見ませんか? プランター1つからでもOK!

毎日の水やりや観察を通して、野菜の成長を親子で楽しむことができます。「芽が出たよ!」「大きくなって!」そんな発見の連続に、子どもたちもワクワク♪収穫した野菜と一緒に味わう喜びも、子どもたちにとって特別な経験になりますよ(^-^)/

～準備物～

プランター、培養土、種や苗、ジョウロ、スコップ
☆ベランダや玄関先など、日当たりの良い場所で育ててみましょう☀

～今の時期におすすめの野菜～

ミニトマト、きゅうり、なす、ピーマン
☆どれも比較的育てやすく、子どもたちも成長を楽しみやすい野菜です♪
ぜひ親子で楽しく育ててみて下さい!

保育園では、さつまいも、きゅうり、トマト、すいかを育てていく予定です♪

～おすすめレシピ～

“春野菜オムレツ”

材料	分量	
卵	3個	① ジャがいもは1センチ角に切り、茹でておく。キャベツは1センチ口大の角切り、玉ねぎはスライス、人参は短冊切りにする。アスパラは斜めにスライスする。
じゃがいも	80g	
キャベツ	80g	
玉ねぎ	60g	
にんじん	20g	② 溶いた卵にマヨネーズと薄口醤油を加えて混ぜておく。
アスパラ	20g	
マヨネーズ	大さじ1	③ フライパンで野菜が柔らかくなるまで炒めてからじゃがいもを加え、その中に溶いた卵を流し入れる。
薄口醤油	小さじ1	
油	適宜	④ 片面が焼けたらひっくり返し、もう片面を焼く。

