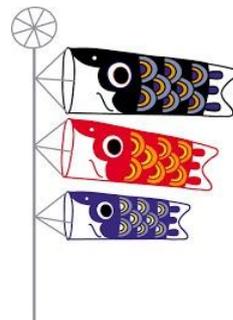


外遊びには気持ちの良い気候になりました。今月は庭遊びを2回予定しています。親子での一緒に、のびのびと戸外遊びを楽しみましょう。

### 5月の予定

- 7日(火) 保育コンシェルジュ  
10:00~11:00 ... 0歳~3歳までの親子
- 10日(金) 身体測定  
10:00~16:00 ... 0歳~3歳までの親子
- 15日(水) お野菜朝の会  
11:30~12:00 ... 1歳~3歳までの親子
- 17日(金) 庭遊び  
11:00~12:00 ... 1歳~3歳までの親子
- 22日(水) 誕生会  
11:30~12:00 ... 0歳~3歳までの親子
- 28日(火) 庭遊び  
11:00~12:00 ... 1歳~3歳までの親子
- 31日(金) 親子でダンスを楽しもう  
11:30~11:45 ... 0歳~3歳までの親子



#### こいのぼり

- 1、やねよりたかい こいのぼり  
 おおきい まごいは おとうさん  
 ちいさい ひごいは こどもたち  
 おもしろそうに およいでる

### ～ 噛む事は生きる力 ～

近年食生活の変化により、柔らかい物を好んで食べるため、子どもの噛む力が弱くなってきていると感じています。人にとって噛む事は、生きていくための大事な行為であり、沢山噛む経験をする事で、次の5つの良い点があります。

- ① あごを発達させます  
あごだけでなく、口を動かすことで表情も豊かになります
- ② 唾液の分泌が増えます  
さらにカルシウムと結びついて口の中を清潔に保ち、虫歯を予防します
- ③ 脳を発達させます  
噛むことで脳は血流量を増やし、活動を活発にします  
噛むこと自体が脳に刺激を与え、活性化するのです
- ④ 食べすぎを防ぎます  
沢山噛む事で満腹感が得られます  
これにより食べすぎを防ぎます
- ⑤ 気持ちを落ち着かせ集中力を高めます



噛むことで味や触感に変化が生まれることを感じながら食べることが、集中力となります

これらの点が連動して、心身の発達に繋がっていきます。子育てサロン新田ひまわりでは、お野菜朝の会を始め、離乳食会、幼児食会、焼き芋や餅つきなどの行事を予定しています。予約制のものや人数・年齢が限られたものもありますが、随時お知らせいたしますので、是非ご参加ください。