



# あいにくだより

平成 28 年 6 月 3 号  
社会福祉法人 興善会  
子供の家愛育保育園  
理事長 成田 豊子



## 「レストラン遊び」(食育)

平成 28 年 6 月 4 日(土) 10:45~11:30



ウェイターやウェイトレス、コックさんと一緒に  
レストラン遊びを楽しみましょう！！



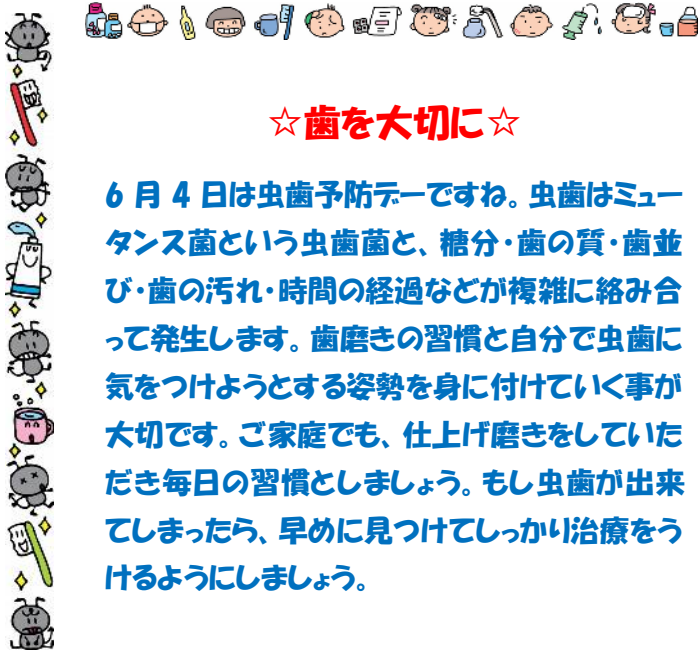
### 子育て情報



保健編

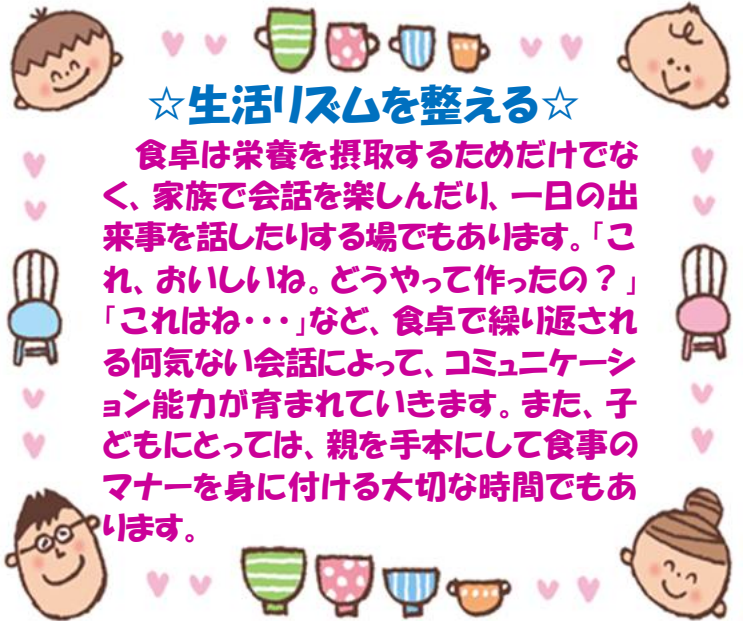


食育編



#### ☆歯を大切に☆

6月4日は虫歯予防デーですね。虫歯はミュータンス菌という虫歯菌と、糖分・歯の質・歯並び・歯の汚れ・時間の経過などが複雑に絡み合って発生します。歯磨きの習慣と自分で虫歯に気をつけようとする姿勢を身に付けていく事が大切です。ご家庭でも、仕上げ磨きをしていたら毎日習慣としましょう。もし虫歯が出来てしまったら、早めに見つけてしっかり治療をうけるようにしましょう。



#### ☆生活リズムを整える☆

食卓は栄養を摂取するためだけでなく、家族で会話を楽しんだり、一日の出来事を話したりする場でもあります。「これ、おいしいね。どうやって作ったの?」「これはね・・・」など、食卓で繰り返される何気ない会話によって、コミュニケーション能力が育まれていきます。また、子どもにとっては、親を手本にして食事のマナーを身に付ける大切な時間でもあります。