



# おてつないで

令和8年度 6月号

浦安市立東野保育園 浦安市東野 1-7-2  
☎047-350-4321

6月に入り、気温や湿度が高い日が増えてきました。  
こまめな水分補給や休息を摂り、元気に過ごしていきましょう。  
今月は、園庭開放を予定しています。皆様の来園をお待ちしています。

## ～6月のびのび広場のお知らせ～

保育園の子ども達と一緒に園庭で遊びましょう！

日時：6月10日（水）10:00～11:30

内容：園庭開放（雨天中止）  
持ち物：水分補給用の飲み物  
（水またはお茶）

- 予約は必要ありません。のびのび広場当日、お子さんとご来園ください。同伴保護者は1名までです。
- 時間内で、いつでも遊べます。
- 駐車場はありません。

**予約不要！  
お気軽にどうぞ！**

\*今後の予定はMy 浦安のホームページでもお知らせします。

◀My 浦安URL → <https://www.myurayasu.com> ▶

## ～ 元気に過ごそう「うがい」～

梅雨の時期は、体調を崩しがちです。バランスの良い食事や睡眠、手洗い・うがいをしっかり行って、元気に過ごしていきたいですね。

そこで今回は「うがいのしかた」についてお伝えします。

うがいの目的は、食後に口内を清潔にすることや外から帰った後の感染症予防です。年齢に合わせて、できることから少しずつ伝えていきましょう。

0～1歳半ごろ：食後に白湯を飲み、口をさっぱりさせましょう。

1歳半～2歳ごろ：少しだけ水を口にためてペッと出す。

3歳ごろ：「ブクブクうがい」

水を含んで口を閉じ、鏡を見ながら頬を膨らませると上手にやりやすいです。

3歳後半ごろ：「ガラガラうがい」

ブクブクうがいが上手にできるようになったら、上を向いてガラガラうがいを、少しずつ練習していきましょう。

ブクブクうがい

①



①口の中に水をためる

②



②ぶくぶくと頬を動かす

③



③すこしかがんで水を口から出す

保護者の方が一緒にやって見せることで、きっと「やりたい！」気持ちを持って真似しようとすると思います。なかなかうまくできなくても大丈夫。

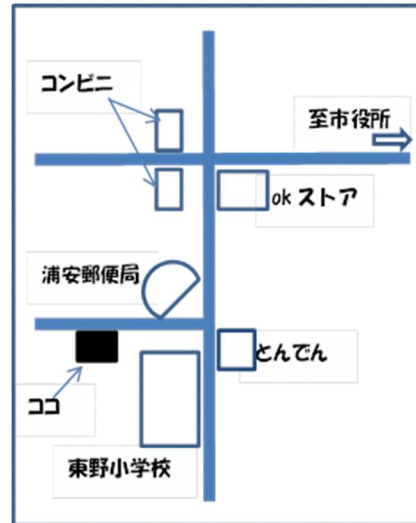
「できた！」気持ちを大切に、たくさんほめてあげてくださいね。

参考文献「ポット 2024年5月号」

## ～東野保育園の紹介～

東野保育園は、東野小学校や郵便局、総合福祉センターが周辺にある浦安市立の保育園です。

およそ160人の園児が通っており、毎日園内は子ども達の声でにぎやかです。広い園庭では子ども達がかけまわって遊んでいます。また、一時預かりや保育ママの連携園にもなっています。



～東野保育園マップ～

## のびのび広場年間予定

- 7月 8日(水) ホール開放・手形製作 10:00～11:30
- 8月 5日(水) ホール開放・手形製作 10:00～11:30
- 9月 9日(水) ホール開放・手形製作 10:00～11:30
- 10月 7日(水) 保育体験(1・2歳児各2組事前予約制)★
- 11月 18日(水) ホール開放 運動会ごっこ 10:00～11:30
- 12月 9日(水) 園庭開放 10:00～11:30
- 1月 13日(水) ホール開放・手形製作 10:00～11:30
- 2月 10日(水) ホール開放 10:00～11:30

\*0・1歳限定 栄養士食事相談

- 3月 10日(水) ホール開放・手形製作 10:00～11:30

★保育体験のみ事前予約です。詳細は1か月前の「おててつないで」でお知らせします。それ以外は予約不要です。

☆日程を変更しました。

## 園庭遊び

\*安全に整備された園庭で、同年齢の子ども達と一緒に遊べます。きれいな砂場での砂遊びや、滑り台・ブランコなどの固定遊具の他に、ペダルのない小さな三輪車でも遊べます。



## ホール遊び



\*2Fにある室内ホールです。たいこ橋、カラートンネル、ボールプール、乗用玩具、トランポリンなどでのびのびと身体を動かして遊ぶことができます。

保育士が近くにいますので、お子さんのことで気になること、ちょっと聞いてみたいことなども、一緒に遊びながらお気軽にお話しできます。また、保育園には、看護師や栄養士といった専門職もいますよ！