



H30.5.1 保育所 こどもの家

新緑が青空に美しく映える頃となりました。爽やかな風も吹き、園庭にはこいのぼりが元気よく泳いでいます。新年度から一か月が過ぎ、新しい環境に泣いたり、戸惑い気味だったりした子どもたちもずいぶん慣れて、笑顔が見られるようになってきました。戸外で過ごす時間を少しずつ増やしながら季節や自然を楽しみたいと思っています。

5月の予定

10日(木) 身体測定

16日(水) 避難訓練

19日(土) 春の遠足

23日(水) お誕生日会

お誕生日おめでとう!!

11日
はしもと はるちゃん(3歳)
17日
よしなが きづきちゃん
(2歳)
18日
たはら ひかりちゃん(2歳)

~生活リズムを整えましょう~

5月は連休などで生活リズムが乱れたり、保育園での生活の疲れも出やすい時期です。家庭でも休息や睡眠を十分にとって、体調を崩さないように生活しましょう。

- 早寝・早起き・・・十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。
- 朝ごはん・・・朝食を食べることで、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んで、しっかり食べましょう。
- お風呂・・・毎日入って清潔にしましょう。疲れが取れ、体の汚れが落ちます。爪のチェックや着替えも忘れずに行いましょう。
- 運動・・・睡眠や食欲にも影響が出てきます。思いっきり身体を動かして遊みましょう。

※毎朝の健康観察をお願いします!!

寝起きはどうでしたか? 顔色は良いですか?

熱はありませんか? 食欲はありますか? 機嫌はいいですか?



春の遠足について

5月19日(土)に筒城の「ふれあい広場」に遠足に行きます。今回は参加できる保護者の方も一緒に楽しみたいと思っています。愛情のこもったお弁当の用意もよろしくお願いします。



< 今月のうた >

♪めだかのがっこう

