



社会福祉法人 春献美会

5月

なかうちだのぞみだより



NO.2

なかうちだのぞみ保育園
令和5年4月28日発行

新年度がスタートして、早くも1ヶ月が経とうとしています。少しずつ園での生活にも慣れ、子どもたちは嬉しそうに園庭へ駆け出していきます。それぞれお気に入りの場所、お気に入りのおもちゃができてきたようです。植物がぐんぐん育つこの季節。子どもたちも毎日、たくさん遊んでたくさん食べて、心身共にすくすくと育てて欲しいと願っています。疲れから体調を崩しやすい時期でもあるので、子どもたちの健康状態にも注意しながら、安心して遊び込める環境を作っていきたいと思います。



今月の予定



- 15~16日(月火) 身体測定
- 18日(木) 避難訓練
- 31日(水) お楽しみ会

6月の予定

- 13日(火) 歯科検診
- 15~16日(木金) 身体測定
- 23日(金) 避難訓練
- 28日(水) お楽しみ会



※歯科検診の日に欠席された場合は、後日、個別に“うえむら歯科”への受診をお願いします。

※6月7月に希望保育参加を予定しています。詳細は、後日お便りにてお知らせいたします。



ミニ保健だより

生活リズムを整える ～食べて・動いて・よく寝よう～

夜型の生活、短時間睡眠の子は…

↳ 夜元気で朝ぐったり。活動時間に脳も身体も目覚めていないので、疲れやすい、集中力・体力の低下、イライラしやすいなど

★子どもの理想は…10時間睡眠!

就寝時間を早めるために

- よく動く…太陽の下で戶外遊びをたっぷり!
- よく食べる…たくさん動いてお腹を空かせて!
- よく眠る…10時間睡眠を目指して、TVや電気を消して眠れる環境を作ろう!

『運動・食事・睡眠』は3点セット。連休明けに元気に登園できるよう、お休みの間も、ご家庭でできることから始めてみてください。



☆お知らせ☆

5月の連休明けに販売用の写真をアップします。月毎写真をアップし、“WEL-KIDS PHOTO”からメールでお知らせします。



お願い



- これからの季節、戶外遊びが活発になると、汗をたくさんかき着替えをする機会も多くなります。半袖服・下着・ズボンを多めに用意し、着替えの補充をして頂けると大変助かります。
- 気温に合わせて衣類の調節が行えるよう、半袖・長袖(薄手)の両方をご用意ください。
- 入り口の鉄門と、白い柵の鍵は必ず保護者の方が開閉するようにしてください。ケガ防止のため、徹底にご協力をお願いします。