



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7年5月7日発行

新緑のまぶしい季節になりました。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っ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(木金) 身体測定
- 16日(金) 防犯訓練
- 22日(木) 避難訓練
- 28日(水) お楽しみ会
- 30日(金) 内科健診



6月の予定

- 10日(火) 歯科検診
- 16～17日(木金) 身体測定
- 19日(木) 避難訓練
- 25日(水) お楽しみ会



※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。



☆お知らせ☆

内科健診・歯科検診の日に欠席された場合は、後日、個別に園医である“田宮こどもクリニック”“うえむら歯科”への受診をお願いします。

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、イライラしやすい等など

★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…太陽の下で戸外遊びをたっぷり！
- 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。休日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。

お願い

- これからの季節、戸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。