



2月 てつなぎ



◇みんなで力を合わせて!◇

寒さの厳しい日が続いています。コロナ禍の中であって、三密を避けるための手立てをしています。特に現在非常事態宣言が発令されていますので、緊張感をもって日々保育に当たっている状況です。

今年度の総仕上げの時期を迎えていて、発表会の練習にも取り組んでいます。劇あそびでは、絵本や物語の読み聞かせをして、イメージや思いを膨らませたり、話し合って配役を決めたり、劇あそびに必要なものを作ったりと、様々な活動に取り組んでいます。一年の締めくくりとして協力することや自己表現すること、成し遂げた満足感を味わう機会です。子どもたちがどのように関わっているか、ご家庭でも見守り励ましていただきたいと思います。

きれいになったよ!

1階、2階の廊下に設置されている手洗い場は、コロナ感染症対策の一環で自動水栓装置にいただきました。また、園庭の総合遊具は補修工事をして、とてもきれいな状態になっています。少しずつ模様替えをして、子どもたちがより安心して使えるようにしていきたいと思っています。

2月行事予定

- 2日(火)…豆まき
 - 3日(水)・4日(木)…発表会総練習
 - 8日(月)…避難訓練
 - 11日(木)…建国記念の日
 - 20日(土)…生活発表会
 - 22日(月)…英語教室
 - 23日(火)…天皇誕生日
 - 24日(水)…体操教室、発育測定(以上児)
 - 25日(木)…積木のワークショップ
発育測定(未満児)
 - 26日(金)…誕生会
- 2月8日から20日まで、実習生が、あひる組、りす組、うさぎ組に入ります。



※3月行事予定

卒園式…3月26日(金)

早寝早起きの習慣を!

早く寝かしつけるとこんなに楽! ~小さいうちが勝負

・6歳までの子どもの理想的な就寝時間は8時。「そんなばかなー」と思うけれど、やっぱり早寝早起きの子どもはいいことがたくさんあります。

♡自分ですっきりと起きる!

…「早く起きなさい」と言わなくていい。

♡一人でよく遊び機嫌がよい

…眠りが足りていると情緒も安定。親のイライラも少なくてすむ。

♡意欲的!…「早くしなさい」と言わなくてすむ。

♡時間ができる…夜、ゆっくりと大人の時間を楽しめる。

♡病気に強い!…ぐっすりと眠ると食欲もわく。自律神経、ホルモン分泌、消化器の働きも快調!

♡早寝早起きの習慣がつく…「早く寝なさい」と言わなくていい。



意欲のある子は早寝早起き

朝、「おはよう!」と気持ちよく起きてきて、自分で準備をして「行ってきま〜す!」と元気に学校へ出掛けて行く、そんな小学生だったらどんなにいいでしょう。そのために、乳幼児期にほんのちよっと手をかけてみませんか。



子どもを寝かしつけるには?

・子どもは一日3回食事を食べさせるように、幼児の間は、毎日子どもを寝かしつけることが親の役目です。睡眠のリズムができあがると、次第に同じ時間に眠くなるようになります。

♡お父さんは早めに家に帰ってくる

♡電気を消して部屋を暗くする

♡9時までにははふとんに入れる

♡テレビなどの音は小さくする

♡背中を軽くたたいたりさすったりする

♡寝かしつける時間は15分から30分

寝かしつけてもらえない子どもは毎日体の限界に挑戦!

幼児は、放っておくと体の限界まで起きています。親に寝かしつけてもらえない子どもは、脳の疲労もたまりがちです。

