



令和5年度 江上保育園

新年あけましておめでとうございます。

新しい1年が子ども達の元気な挨拶と笑顔でスタートしました！ 年末年始はどのように過ごされたでしょうか？子ども達からのお話を聞くのが楽しみです♡ 今年も子ども達の笑顔がたくさん溢れるよう楽しく過ごしていきたいと思います。 本年も宜しくお願い致します。

～年明けの生活リズム～

年末年始、いつもと違う生活リズムになっていたご家庭もあったと思います。生活リズムが乱れたり疲れが出たりする季節でもあります。

生活リズムが乱れると何かと体調を崩しがちになります。元気に過ごせるようにご家庭でも生活リズムを整えていただきたいと思います。

- ★早寝早起き
- ★ごはんをしっかり食べる
- ★体をたくさん動かして遊ぶ
- ★しっかり寝る

◎生活リズムを整えるのは、睡眠が1番ですので睡眠時間を大切にしましょう。



- 誕生会・・・12日
- 体育教室・・・10, 17, 24日
(もも組、さくら組、きく組)
- 英語教室・・・9, 23日(きく組)
- 火災避難訓練・・・11日
- 地震避難訓練・・・18日
- さくら組 保育参加・・・27日

手や指先を使って遊ぶと脳が活性化します！

手は第2の脳と言われています。遊びの中には、知らないうちに手や指先を使うものがたくさんあります。

例えば・・・折り紙・粘土・お絵描き・工作など。

どれも手や指先を使っている遊びです。始めは上手くできなくても興味を持ったものはどんどんやってみるのもいいと思います！

そして、生活の中でもしっかりと指先を使いましょう☆

《生活の中でもできること》

- ①ハンカチやタオルで角を合わせて畳む
- ②ボタンをとめる
- ③台拭きや雑巾をしぼる

是非、やってみてくださいね♡



おねがい

- もも・さくら・きく組の子どもさんは毎日ポケットに入る大きさのハンカチを持たせてください。(名前の記入を忘れずに！)
- ◎箱ティッシュを集めます！
- 1月12日(金)までに持ってきて頂きますようお願い致します。

