



新年明けましておめでとうございます。
今年もよろしくお願いたします。

年末年始はご家族で楽しい時間を過ごされたことと思います。
今年も子どもたちの成長を保護者の皆様と一緒に見守りながら、
楽しく元気に過ごしていきたいと思ひます。

今月の生活

つぼみ組

- ・連休明けの生活リズムを整え、寒さに負けず元気に過ごす。
- ・保育者や他児と一緒に好きな遊びを楽しむ。

ちゅうりっぷ組

- ・簡単な身の回りのことを自分でしようとする。
- ・冬の自然を感じながら体を動かして遊ぶ。



規則正しい生活を送りましょう！

年末年始のお休みで、子どもたちの生活リズムは、崩れていませんか？

正しい生活リズムを身に付け、健康に留意していきましょう。

・早寝早起き

眠ることは子どもの成長にとって重要です。睡眠によって脳の発達や情緒の安定を促します。また日中の活動の質が高まり、体の発達も促します。夜は9時までに寝て、朝は7時までに起きれるよう心がけましょう。

・健康的な食事

食事は子どもの健やかな心と身体の発達に欠かせないものです。朝ご飯を食べると体が目覚め、その一日を元気に過ごせます。よく噛んで食べるように促しましょう。

		1月
1	月	元日
2	火	休園
3	水	休園
4	木	冬の自由保育
5	金	通常保育開始・諸経費集金日
6	土	
7	日	七草
8	月	成人の日
9	火	
10	水	
11	木	避難訓練
12	金	
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	
17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	
23	火	
24	水	
25	木	
26	金	身体測定
27	土	
28	日	
29	月	保育料口座振替日
30	火	
31	水	

