



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していたり、できるようになったりする。
- ・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、その日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	水	元日
2	木	休園
3	金	休園
4	土	休園
5	日	
6	月	通常保育開始・諸経費集金日
7	火	七草
8	水	避難訓練
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	成人の日
14	火	
15	水	
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	
23	木	
24	金	身体測定
25	土	
26	日	
27	月	保育料口座振替日
28	火	
29	水	
30	木	
31	金	

