



# 1月 園だより



高野台保育園

練馬区高野台 3-25-17

電話：03-3996-4615

## あけましておめでとうございます

新年が明け、子ども達は年末年始の思い出をたくさん聞かせてくれます。遠くにお出かけされた方も多いと思いますが、生活リズムを戻しながら、一番寒い時期を乗り越えていきましょう。本年度も残り3ヶ月、より、子ども達が伸び伸びと成長できるように努めて参ります。

寒さの厳しいこの時期は、たくさんの感染症が流行します。

予防接種を受けていても感染してしまう病気もあります。手洗い・うがいはもちろん、生活リズムも整えていきましょう。

今年もよろしくお願いします。

菅原雅子



年末年始で生活リズムが崩れてしまったご家庭も多いと思いますが、早くリズムを整えたいですね。そのためには、前日遅かったから長く寝かせておくのではなく、早く起こすことです。つまり、**早寝早起きが基本です。**

子どもにとっての睡眠は、その日の疲れを取るだけではなく、成長発達をサポートする重要な役割があります。睡眠が不足すると、イライラしたり、集中力がなくなったり、やる気が起きなかったり大人と同じ様なことがおきます。体内時計を育てるには時間がかかります。親の意識を変え**早寝早起き**の習慣をつけるようにしましょう。

### ～お知らせ～

- 今年度最後の保護者を予定しています。16：00～ホールにて行いますのでお忙しいとは思いますが是非ご出席ください。1年間の子どもの成長と一緒に振り返りましょう。

乳児クラス（0、1、2歳）は保護者会後、短い時間ですが、ふれあい遊びも予定しています。

1月27日（火） 0歳保護者会

2月 4日（水） 5歳保護者会

1月28日（水） 1歳保護者会

2月 5日（木） 4歳保護者会

1月29日（木） 2歳保護者会

2月 6日（金） 3歳保護者会

- 1月20日（火）に災害時に、保育園の状況を保護者の方に伝達する手段である災害用の情報伝達訓練を行います。ご参加ください。

• おが～るで配信

• web171

• 災害伝言ダイヤル

詳しいことは後日改めてお知らせいたします。

- 1月27日（火）～2月7日（土）の間、実習生が各クラスに入ります。宜しくお願い致します。