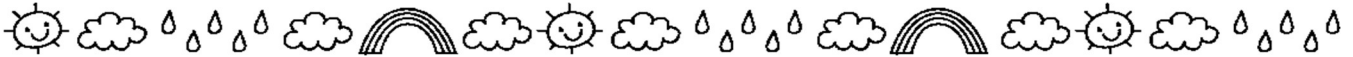


たんぽぽぐみたより



尚徳福祉会 日野保育園 2023年6月

晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多いこの季節。毎日、元気いっぱいな子どもたちは戸外、室内関係なく汗をかきながら楽しんでます。梅雨期はジメジメしますが健康管理に気を付けながらこの季節ならではの遊びを楽しんでいきたいと思ひます。



♡ダンスがだいすき♡

音楽が流れると、自然に笑顔で集まる子どもたち！お気に入り『からだ☆ダンダン』、保育者の動きを真似て踊ったり♪、全身でリズムをとったりしながら揺れる姿がとても可愛らしいです。『アヒルのダンス』や『エビカニクス』・・・など、これからもいろいろなダンスを楽しんでいきたいと思ひます。



早寝・早起き・朝ご飯


子どもの成長には、十分な睡眠が必要です。夜の睡眠中に成長ホルモンが分泌され、一日の疲れが回復します。夜8時台に寝て、朝6時台に目覚めるようにするのが理想的です。また朝ご飯を食べると、体温が上がって脳も動きだし、活動の準備が整います。少しずつ生活のリズムを整えながら、朝食をしっかり食べて元気に一日をスタートしましょう！！



☆おねがい☆

- ◎汗をかいたり、水、泥遊びで遊んだりして着替えることが多くなりますので、タンスの中の衣類の補充をお願いいたします。気温差が大きい時期なので、長袖・半袖どちらも入れておいてください。また持ち物にははっきりと名前を書いてください。消えかけている物や、ネームシールの取れかけている物もあるのでご確認ください。
- ◎シャワー用のタオルと衣類の補充を忘れずにお願いします。
- ◎肌を出す機会が多い季節になりました。虫刺されなどのなどの掻きこわしからの『とびひ』や怪我の予防にもなりますので爪をこまめに切ってください。





◇6月4日～10日は歯と口の健康週間

食後の歯磨きは予防することはもちろん、食生活を整えて強い歯を作っていきます。しかし、まだ小さい年齢の子どもは一人で磨けない為、大人の仕上げ磨きが大切です。ご家庭での歯磨きタイムはいかがでしょう？なかなか口を開けてくれなかったり動いてしまったり、悩んでいらっしゃるいませんか？子どもたちは歌が大好きなので歌いながらブラッシングしてみてもいかがでしょう？

