



令和4年4月4日

# 4月 ちびっこの森通信 vol.59

☆☆今月のテーマ☆☆

- ・新しい環境に慣れ、安心して過ごす
- ・保育者に見守られながら、好きな遊びを楽しむ



## ひよこぐみ(0歳児)



華やかでウキウキするような花々に囲まれる中、新たな園児を迎える季節となりました。先月の生活発表会、多少の緊張感があるようでしたが一人ひとりが現状の最高のパフォーマンスを披露できたのではないのでしょうか。皆さまには温かく見守って下さり、ありがとうございました。入園当初は想像だにできなかった著しい成長ぶりに目を見張らせる連続でした。また、「自分でやりたい!」という自我の芽生えも見られるので新入園児共々、今後もよく成長を見守っていき、一人ひとりが明るく元気に過ごしていけるようにしたいと思いますのでよろしくお願いします。



## うさぎぐみ(1歳児)



うらかな春の陽気に誘われるようにこどもたちは、元気一杯に外遊びを楽しんでいます。先日の発表会にはご参列、ありがとうございました。絵本の読み聞かせの中でも、こどもたちに断然人気の「だるまさんが」をテーマにしたので主体&積極的な取組みの上、披露の場が持てたのは大変良かったと感じています。実際、こどもたちも頑張っていたのが印象的です。園生活で服の着脱、トイレトレーニングで排泄の習慣づけや食事などの生活基礎習慣が大分進んできているので最後の仕上げができるように今年度、取組んでいきたいと思っています。これから持ち上がりで年々少児になるみんながそれぞれのペースで出来ることを増やし、成功体験を積み重ねる中で成長していけるようにしていきたいと考えていますのでよろしくお願いします。



## ぱんだぐみ(2歳児)



三寒四温のペースながら着実に春の兆しを感じられる今日この頃。先日は「発表会&巣立ちの会」にご参加下さりありがとうございました。合奏では自分の好きな楽器で演奏することが奏功し、なかなかの出来。また、劇では役処の台詞を元気に表現し、頑張っていました。そして、こどもたちは巣立ちの会で保育証書を受取り、それぞれが園を巣立っていくこととなりました。「出会い」は「別れ」のはじまりと言いますが、また新たな出会いから一人ひとりがさらなる成長を遂げていくのを心より祈念しております。次のところでも引き続き頑張ってくださいね!



## 給食だより

平成18年、文部科学省は「早寝早起き朝ごはん」運動を推進し、こどもの生活習慣や生活リズムの向上につながる取組みをしています。また、「食う寝る遊ぶ」という言葉があるように、この言葉は(個々の)「生活リズム」を表すものと言えます。一方、人間が健康に過ごすために欠かすことのできない体内リズムという言葉もあり、これは(太陽の登っている)明るい日中は活動的に、逆に暗い夜は休息を、と働きかけてくれるものです。ですから、「早寝早起き」という体内&生活のリズムを一致させ、心身の健康を維持することによって身体の中の免疫力がアップし、病気にかかりにくくすることは極めて重要と言えます。最後のキーワードの「朝ごはんを食べる」or「食べない」についてですが、人間は就寝中も栄養素を使って細胞の新陳代謝が行われているので、朝起きた時には、体内の栄養素やエネルギーは少なくなっています。ですから、朝食はその不足した栄養素を補充し、体温を上げてくれることから活動の準備を整えてくれることとなります。朝ごはんは出来れば体のエネルギー源のごはんやパンのドウ糖、骨や血液に必要な肉などのタンパク質や体調を整える野菜や果物といった食材がおすすめです。口から摂取された食べ物は、食道を経、胃から腸へと進み、腸のぜん動運動により排便効果があります。これから何かと新しい環境など、不慣れで大変な場面もあるでしょうが、この「早寝早起き朝ごはん」を実践できるようし、みんなが快適な新年度をスタートしていけるようにしましょ!

## ～行事予定～

- ・進級・入園の会…1日
- ・体操教室…6日(0,1歳児)
- 20日(2歳児)
- ・英語教室…12日
- ・身体測定…15日
- ・リミック教室…26日
- ・誕生日会…27日
- ・避難訓練…28日

## ♪今月の唄～♪

- ★ちょうちょう
- ★ちゅうりっぷ
- ★せんせいとおともだち

## ～クラス担当のご案内～

- ★0歳児…佐々木、角
- ☆1歳児…秋山、三原、浅尾
- ★2歳児…外山、藤井、高橋
- ☆フリー…山根、服部、中里

今年度もよろしくお願いします。

