



4月 令和6年4月1日 ちびっこの森通信 vol.221

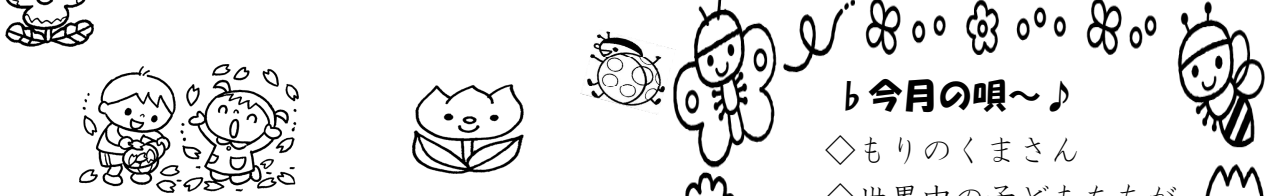
☆☆今月のテーマ☆☆

- ・春の季節を感じながら、戸外へ出て身体を動かす。
- ・基本的な生活習慣を身につけ、お友達と仲良く遊ぶ。



～今月の園内学習～

- ・足し算…4の段
- ・掛け算…4の段
- ・数字カード…1～20の数字
- ・食べ物カード…今月の旬な食べ物
- ・漢字カード…小学校1学年で習う漢字30
- ・魚への漢字…「はたはた」「わかさぎ」
- ・木への漢字…「つばき」「さくら」
- ・歴史カード…「武田信玄」ほか
- ・ひらがなカード…「た行」
- ・国旗カード…イラクほか
- ・アジアの国々
- ・地理カード…香川県ほか四国地方
- ・声に出して読みたい日本語…論語ほか
- ・絵画カード…赤毛の女 他



♪今月の唄～♪

- ◇もりのくまさん
- ◇世界中の子どもたちが

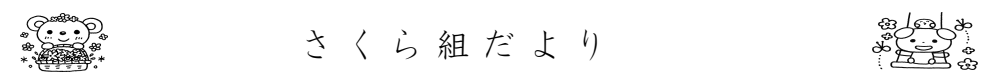
～行事予定～

- ・入園・進級式…1日
- ・桜のまわり道(年長)…5日
- ・避難訓練…25日
- ・身体測定…17日
- ・書道教室(年長)…11日・25日
- ・体操教室…16日(年少)
- 19日(年中・年長)
- ・英語教室…10日(年少・年中)
- 24日(年長)
- ・お誕生日会…30日
- ・リミック…未定

～クラス担当のご案内～

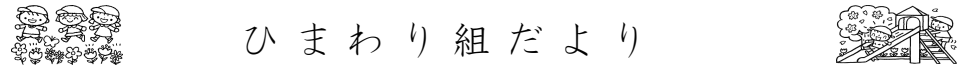
- ★さくら組…今川・広中・浅尾
- ☆ひまわり組…松重・池田
- ★ゆり組…坂田・海戸
- ☆フリー…大片

今年度もよろしく
お願いします◎



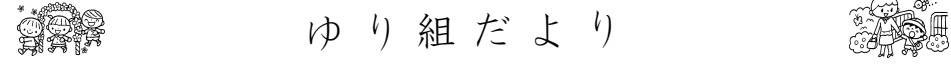
さくら組だより

呆れるくらいの寒暖差から春の到来を実感しなかったのがようやく春らしくなってきた今日この頃。新年度から年中へと進級するあたり、みんなは給食時の食具を使い慣れたフォークから箸へと持ち替え頑張る姿が見られました。ただ、馴染みのないことに取り組む際、必ずと言っていい程に見られる決まり文句「難しい…」や「フォークがいい」が発せられるのですが、辛抱強く取り組み、慣れる頃には「見て、見て」と自慢顔が広がるのが常です。また、今までおやつは調理スタッフが配膳していたのですが、年中児以上のお友だち同様に、みんなは調理室前に並び、おやつ皿を両手で受け取り、落とさないように運ぶようなことも無難なく定着していきました。これから年中児として自分で出来ることをさらに増やし、自信をつけていけるようにしていきたいと思います。



ひまわり組だより

暖冬傾向ながらジェットコースター的気候の移りかわりで桜が新年度を飾ることができそうな今日この頃。こどもたちは温暖な気候の下、公園で縄跳びやかっこで活動的に過ごすことが日課となっていました。また、お散歩で行く先々で出会う花々に「きれいねえ～」や「まだつぼみじゃね」とか自然の情景を観察していきました。みんなは春の風景づくりをすることになり、その情景を頭に思い起こし、すっかり上手になったハサミづかいで切り絵のちょうちつづくりをしたりして楽しむ姿が見られました。他にも、体操教室では縄跳びや鉄棒の練習を積み重ね、すっかり虜となった感じで身体を動かして楽しんでいます。これからも一人ひとりをよく見守り、着実な成長がしていけるようにしていきたいと思います。



ゆり組だより

桜がみんなの卒園や小学校の入学式に照準を合わせるように花盛りを迎えようとしている今日この頃。みんなは久々の消防体験や卒園遠足で思い出づくりをし、今年度から取り組んできた毛筆遊びをはじめとした書道教室や絵の具活動に鍵盤ハーモニカと就学期を迎えるための準備を着々と進めた結果、みんなは大なり小なりの成果が得てきたと実感しています。園を巣立つ名残惜しさと就学生活への期待と不安の入り混じった感情が交差するようで、こどもたちの会話は「小学校、楽しみだね」や「ランドセル、〇色だよ」と盛り上がりを見せつつも、「もう一緒に遊べなくなるね…」と相反する感情が込められた内容となっています。みんなはいろんな楽しいことも悲しかったことも園の思い出として胸に大事につめこみ、新しい小学校という就学の場でさらなる体験経験を積み、これからの飛躍に繋がっていくことを願って止みません。みんな、頑張っね！



給食だより

～体内時計と生活リズムの同調について！

新年度がスタートし、お家と違う保育園生活が始まるお友だちもいますので一日を活動的にいきいきと過ごすために必要な朝食について触れさせていただきます。私たちの身体には25時間の周期で生体リズムを刻む「体内時計」が組み込まれていて、体温や睡眠、血圧やホルモン分泌などをコントロールする大切な機能です。この機能は光と関係があり、朝日を浴びて活動的に、夜になると休息するような働きかけをしてくれます。しかし、その「体内時計」と実際の「生活リズム」にズレがあると、身体と心のバランスが保てなくなり、活動もおぼつかなくなり、感情が不安定に陥ることもなりかねません。体内時計と生活リズムのズレをリセットし、一日の生活リズムを整えてくれるのが朝食と言えます。例えば、(1)体温上昇による活動的になる、(2)(ご飯などの炭水化物が)脳のエネルギー源となって働きが活発になること、(3)活動の源のエネルギーとなること、そして(4)便通もよくなること、と4大効果が期待でき、一日の生活リズムが整うこととなります。一方、朝食抜きの習慣は生活習慣病のリスクを高めるという調査研究成果もあることから就学期に向けた活動的な生活リズムを刻んでいけるようにしましょう。