

令和2年度



## 園だより

しんまち保育園

立春が今年は2月3日に移り、節分が2月2日となりました。124年ぶりとのこと。立春とはいえ、まだまだ寒さ厳しい日が続いていますが保護者の皆様いかがお過ごしでしょうか。子ども達は、寒さに負けず毎日元気いっぱい活動しています。

今年の作品展示会のテーマは「しんまち びじゅつかん」です。今年は新型コロナウイルス感染症予防の為、時間や参加人数を制限させていただいての開催となります。コロナ禍ではありますが、子ども達は作品展に向け作品づくりを楽しみながら行ってきました。是非ご覧ください。

感染予防対策がしっかり出来ていることもあり、今年は体調を崩すお子様が少ないようです。栄養・睡眠を十分とって、引き続き手洗いうがいをしっかり行い元気で過ごしましょう。



### 保育目標

- ☆ 寒さに負けず戸外で元気にあそぶ。
- ☆ 同じ目標に向って協力しながら、友達との関わりを学ぶ



### 保育行事

- 作品展示会
- 豆まき集会
- 身体測定
- 乳児健診
- 避難訓練
- 視力検査（4歳児）
- 合同交通安全誘拐防止指導
- 新入園児オリエンテーション
- 保育参観
- 誕生会
- ごみ出前講座



- \* 毎週 1 回 清潔検査・交通安全誘拐防止指導
- \* 毎月 1 回 園庭石拾い・砂場整備

### 3月の予定

卒園式





- \* 作品展示会『しんまち びじゅつかん』  
招待券に記載された時間に見学をしてください。  
ご協力よろしくお願いします。
- \* 保育参観の参加ご協力よろしくお願いします。
- \* ご家庭の心がけでお子様を事故から守りましょう。
- \* 保育料の納入期限を守りましょう。2月の保育料の引き落としは3月1日  
です。事前に残金の確認をお願いします。

## 朝ごはんの大切さ



朝ごはんには…

- ・体にエネルギーと栄養を与えてくれる
- ・体温を上げて体を目覚めさせる
- ・生活のリズムをつくるなどの役割がある

朝はしっかりごはんを食べてその日1日を元気に過ごしましょう!!



ごはんの良いところ

- ・腹持ちがいい
- ・あごを強くする
- ・塩分がない

パンの良いところ

- ・カルシウムがとれる
- ・種類がたくさんある

## 早寝のためにできること

1. **まずは早起きから**  
遅く寝てしまっても、翌日は早く起きるようにしましょう。  
夜も早く眠くなります。
2. **朝の光でスタート!**  
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。
3. **日中にしっかり遊ぶ**  
体を動かしてたくさん遊ぶことで、心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
4. **午睡は15時半までに**  
家で午睡をする時も、遅くても15時半までに終わらせて、夜の睡眠に影響がないようにしましょう。
5. **お風呂は少しぬるめに**  
熱いお風呂は、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。
6. **入眠前の習慣づけを**  
毎晩、寝る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入っ  
てぎゅっと抱きしめるなどすることで、眠りやすくなります。 「健」より

