



# ほのかだより

令和5年4月28日発行

新しいお友達をお迎えし、また在園児の子どもたちは、ひとつ大きくなった喜びと今までとは違う環境にちょっぴりドキドキしながら過ごした1か月。

朝、登園を渋っていた子も、うさぎさんやお魚を見ている間に、気持ちが落ち着いていつの間にかお部屋でお友達と遊んでいたりと、大好きな先生を見つけ、ゆったり甘えさせてもらってから動き出したりと、おうちの人から離れた集団の中で、自分の力で生きていく術を学んでいます。集団だからこそできること、先生やお友達と一緒にやってみようという力が、いろいろな場面で見受けられます。そんな時、集団の力ってすごいな～、人と関わっていいな～、と感じます。

ですが、集団ではできないこともたくさんあります。私たち先生が、いくら長い間子どもたちと一緒にいるからと言って、お父さんやお母さんの代わりは絶対できません。また、お家でしっかり伝えて欲しい「しつけ」もやはり私たちが代わりにできるものではありません。

子どもたちは、よく大人の姿をみています。あいさつをする姿や人とのかかわり方、物の使い方、食事の仕方…。この乳幼児期は、長い人生の土台を作っているところです。良い土地には、元気な芽が出て葉が出て、素敵な実を付けたり、花を咲かせたりしますね。この小さい幼児期にたっぷりの愛情という栄養を注いであげてほしいと思います。

園長 岡倉 裕理子



気持ちのよい季節になり、みんなで公園に行く機会が増えてきました。これから外遊びの機会が増えるので、思いきり遊べるよう、子どもの健康を見守ってください。 看護師 宇野競功

## HONOKA Diary

Sun day	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Satur day
	1	2	3 憲法記念日 休園	4 みどりの日 休園	5 こどもの日 休園	6
7	8	9	10 スイミング (5歳児)	11	12	13
14 母の日	15	16	17 スイミング (4歳児) サッカー教室 (5歳児)	18 内科健診 (在園児のみ 13:30~) 検尿提出日	19 検尿提出日	20
21	22 a.m. ~ 楽しくドレミ (5歳児) p.m. ~ 茶道 (5歳児) ママランチデー	23 茶道 (5歳児)	24 茶道 (5歳児)	25	26	27
28	29	30	31 サッカー教室 (4歳児)	<p>※ママランチデーは お弁当持参日です。 0.1歳児さんは 給食があります。</p>		

### 生活リズムは 早起き でリセット!

旅行などに行くと、いつもと生活リズムが変わり、楽しくてなかなか寝ない、朝はついつい寝坊……など、睡眠のリズムが乱れがち。そんなときは、早起きでリズムを整えましょう。

**早起きのコツは、「起きたら日の光を浴びること」。**体内時計は、24時間より少し長いので、夜更かしになりがち。朝、日光を浴びて体を目覚めさせると、体内時計をリセットできます。早起きをすると、夜は自然と眠くなります。眠くないのに無理に早く寝かせるより、早起きをして朝ごはんを食べ、日中しっかり遊ぶほうが、子どもも大人もストレスがかかりません。

朝、起こすときにはカーテンを開けて外の光を入れましょう。直射日光でなくてもOKです。

朝ごはんは必ず食べましょう。体を目覚めさせますし、体を動かすエネルギー源としてだけでなく、成長を支えるためにも欠かせません。

### お願い

★保護者の方の勤務形態、仕事の時間、退職等、変更がある場合は必ず園までご連絡ください。市役所の方に変更申請書を提出しないとイケません。よろしくお願い致します。

★ルクミーで、登降園の入力をお願いしていますが、お荷物が多い日やお子様を抱っこしながらの入力は大変ですので、お子様の受け入れが終わってから、入力をしていただいて結構です。入力しながら歩きスマホをしないよう、ご注意ください。駐車場は危険ですので、よろしくお願い致します。

**発熱があった場合は、1日(24時間)体を休めてから登園していただきますようお願い致します。**

### ●6月の予定●

- 2日 歯科健診(全園児) 13:30~  
よしのっ子交流会(5歳児園児のみ)
- 9日 保育デー園開放日(未就園児対象)
- 12日~16日 個人懇談(全園児)
- ※詳細については、後日ご連絡いたします。
- 20日 2次検尿回収日

★ 登降園の打刻忘れにご注意ください ★

登園、降園の打刻を忘れますとこちらでのデータでの管理が出来ません。必ず打刻をしていただきますようお願い致します。