



4月の園だより

ご入園ご進級おめでとうございます。

令和4年4月
志比田こども園

小鳥のさえずりが聞こえ、春の舞台が出来上がりました。入園や進級を迎えた子どもたちに、温かい演出をしているようです。

これから始まる園生活の一日一日が子どもたちにとって嬉しい、楽しい毎日となりますように、願いを込め、職員一同頑張りますので、どうぞよろしくお願いたします。



4月の行事予定



1日(金)	対面式(園児のみ)	22日(金)	お弁当の日
15日(金)	避難訓練	28日(木)	お誕生会
19日(火)	園児健康診断 (たんぽぽ0才・1才・ばら)	26日(火)	園児健康診断 (すみれ・さくら・ひまわり)
11日・25日(月)			英語教室(ひまわり)
13日・27日(水)			音楽教室(すみれ・さくら・ひまわり)
7日・21日(木)			体操教室(すみれ・さくら・ひまわり)



- 諸経費等は、必ず納入期日を守って下さい。
- 園から配布するプリント(園だより・クラスだより・給食だより等)は、必ず目を通して下さい。(何日もお帳面に挟んだままの方がいます。)

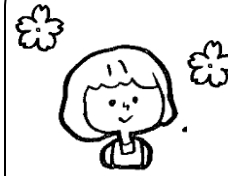
● 給食について

11時15分頃から配膳が始まります。給食の取り置きは、衛生上出来ませんので、ご理解くださいますようお願いいたします。

● 9時までの登園をお願いします

未満児(0~2歳)は、9時から朝のおやつが始まります。
以上児(3~5歳)は、活動にスムーズに入ることができます。

病院に行ってから、または止むを得ず登園が遅くなる場合は、早めにご連絡下さい。



職員退職のお知らせ

徳丸菜々子先生が退職となりました。
志比田こども園在職中は、保護者の皆様方には大変お世話になりました
ありがとうございました

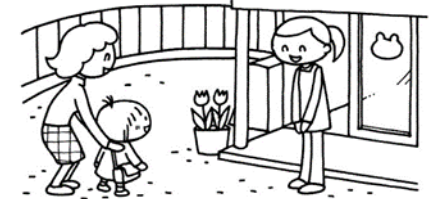
入園前に夜更かしを卒業しましょう

大人の生活が夜型化するとともに、夜更かしの子どもも増えているようです。夜更かしの子は、早寝の子に比べ、睡眠時間そのものも短いという調査結果もあります。夜更かしや朝寝坊を続けていると、慢性的な「時差ボケ」状態になり、体調不良にもつながります。しっかり寝ることは成長に欠かせないホルモンの分泌にも必要で、夜型生活の影響は「反応が鈍い」「集中力が続かない」など、全国的にも問題になっています。

☀ 子どもの生活リズムを整えるには

- ① 9時には寝る習慣をつける
- ② 睡眠日誌をつける
- ③ 早起きして朝食を楽しく食べる

- ・部屋を暗くしてテレビを消す
- ・手を握る
- ・静かな音楽をかける



☀ 起床時間

- ① 決めた時間に起こす(カーテンを開けて朝の光を浴びさせる)
- ② 昼間の過ごし方
 - ・戸外に出て子供に自分の足で歩かせる
 - ・昼寝は2、3歳なら1時間半が目安(午後3時半までには起こす)
- ③ 寝かしつけ
 - ・夕食の時間をなるべく一定にし、テレビなどは8時まで
 - ・風呂はぬるめ
 - ・寝る前に各部屋の電気を消し、「おやすみなさい」を言う

子どもは親が寝かしつけなければなかなか寝ません。最近では子煩悩な父親が多く、夜遅く帰宅してから子どもと遊ぶことがあるようですが、親子の触れ合いタイムはぜひ朝に移してほしいものです。