

令和 5 年度

5月

西嶺保育園

391-6286

http://www.seiryohoikuen.com



晴れ渡ったそらに、新緑の木々。すがすがしさを感じる季節になりました。

新年度がスタートして、早くも一か月が経ちました。小さなお友達も少しずつ園生活にも慣れ、子ども達の笑顔も増えたように感じられます。幼児組の子ども達は青空の下のびのびと泳ぐこいのぼりのように、外を元気に走り回り楽しく園生活を送っています。しかし、緊張もほぐれ疲れが出やすい時期になります。子ども達の健康状態に気をつけ、感染症の予防対策も行いながら保育を進めていきたいと思ひます。



行事



- 5月 9日 (火) お弁当の日 (幼児) 園外保育
- 12日 (金) お誕生会
- 19日 (金) 避難訓練
- 26日 (金) 身体測定



お誕生会のお知らせとお誘い!

今年度は6月9日3月のお誕生会に保護者の方に参加していただけますので是非参加してください。参加をご希望の方は前日までに担任までお伝えください

生活リズムを整えましょう

新年度が始まり1ヵ月、ゴールデンウィークの長い休みも明け、園生活が本格的に始まります。元気に過ごすためにも規則正しい生活リズムを心がけましょう。

早寝早起きを心がけましょう

夜は9時ごろまでには寝るようにし、朝は7時に起きるように頑張りましょう。十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体力の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。



朝ご飯をきちんと食べましょう

朝ごはんを食べることで、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よくかんでしっかり食べましょう。

朝、家で排便をしましょう

朝ご飯を食べると、腸の動きが活発になり、便が出やすくなります。朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるよう、家族全員で朝の生活を見直しましょう。

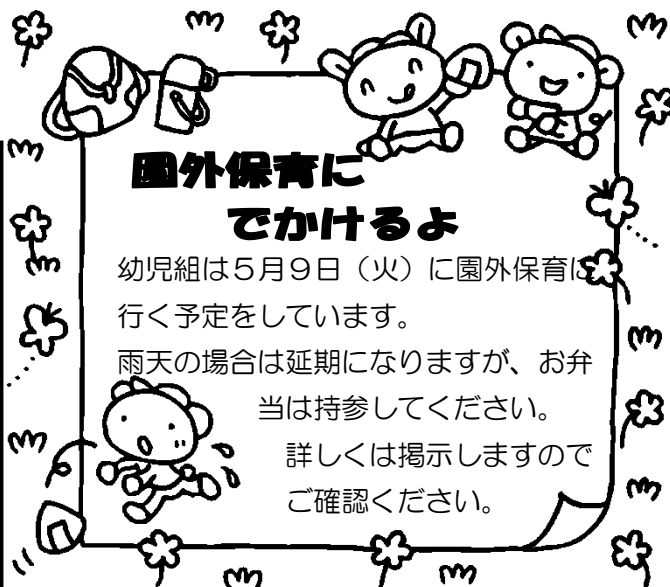


園外保育に でかけるよ

幼児組は5月9日(火)に園外保育に行く予定をしています。

雨天の場合は延期になりますが、お弁当は持参してください。

詳しくは掲示しますのでご確認ください。



発熱時には水分補給を

子ども達は4月からの緊張が緩み疲れも出やすい時期になってきました。

なぜ発熱するのかというと、身体に悪い菌が体内に入ると体温を上げて悪い菌の活動を抑えようとする防御反応が出るからです。発熱すると汗やおしっこで水分が失われるので、こまめに水分補給をするように心がけ、脱水状態にならないように気を付けましょう。