



「フラスドゥ 元気っ子 通信」 1月号

発行日	平成31年1月 石田
日にち	毎週 月・火・水・木・金 「祝日を除く」
時間	午前9時30分から午後2時30分まで
場所	ながさわ保育園支援センター

新年あけましておめでとうございます。

平成31年度がスタートしました。今年もみなさんと一緒に楽しく過ごしていきたいと思ひます。今年も宜しくお祈ひします。

12月17日(月)に小麦粉粘土をしました。親子で作るところから始め、赤色黄色の色粉を使ひました。始めはなかなか染まらず時間がかかりましたが根気よくこねていくときれいに混ざりました。お母さんに「上手だね」と誉めてもらひ嬉しうでした。出来上がった粘土で型抜きをしたりいろいろな形を作ったりとても嬉しうでした。



12月11日(火)にクリスマス製作をしました。サンタさんの衣装にシールを貼ったり、クレヨンで模様を描きました。出来上がると親子で嬉しうに眺めていました。「またツリーにかざろうね」とお母さんの声掛けに笑顔でうなずいている子もいました。クリスマスの日を楽しみにしていることを感じました。

20日(木)はクリスマス会をしました。パネルシアターや楽器遊びを楽しんだあと、サンタさん登場でびっくりしている子もいました。プレゼントを一人ひとりもらひ、握手をしたり抱っこしてもらったりとみんな嬉しうでした。



【ワンポイントアドバイス】

～生活リズムについて～

普段から正しい生活をしましう。

◎基本は「早寝・早起き・朝ごはん」です。寝る子は育つという言葉があるように子どもは大人に比べてより多くの睡眠が必要です。とくに午後10時から午前2時の間は最も成長ホルモンが分泌される時間帯だと言われています。また、生活リズムを作ることは学校に行ってからとても役立ちます。勉強するうえでも、よく動き、よく食べ、よく寝ることができると頭がすっきりしますから集中できるのだと思ひます。そういうことが立派な社会人になる第一歩なのかもしれませぬ。子どもには子どもにふさわしい生活リズムがあります。小さい頃から大人の生活に流してしまうのではなく、子どもの生活リズムをきちんと整えていくことがこれから先、とても大切なことだと思ひます。(園長)