



# こども園だより 新年1月号

令和5年1月6日  
ひまわりしょうちこども園

## あけましておめでとうございませす 本年もよろしくお願ひいたしませす

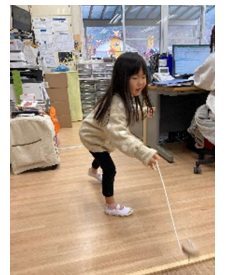
子どもたちの「あけましておめでとうございませす」という元氣な挨拶の声と小さいクラスの子ともも言葉で伝えられなくても先生やお友だちに頭を下げる仕草など、子どもたちの笑顔と元氣な挨拶で新しい年の保育が始まりました。ご家庭ではどんなお正月を過ごされませましたか？今年は行動制限がない年末年始となり、久しぶりの再会を喜んだり、少し遠くに出かけられたりしたご家庭もあるのではないでせうか。子ども達からは「おいしいちゃんやおばあちゃんに会ったこと」や「お出かけして楽しく過ごしたこと」などをお話する姿があり、家族一緒にゆっくりと過ごせたことを喜び、お正月の雰囲気を感じることができ、お休みを楽しんだことがうかがえませす。

今年度も残り3ヶ月となりました。短い期間ではありませすが子ども達が進級や就学に向けて様々な事に取り組む中で心身共に大きく成長する時期でもありませす。子ども達との活動や生活、関りを大切に、子ども達と一緒に「みて」「きいて」「ふれて」「かんじて」「かんがえ」「ちょうせんする」経験を積み重ねていき、子ども達の心と体を育てていきたいと思ひませす。

進級、就学に向けて保護者の皆様にはお願ひやご協力をいただくことも多々あると思ひませすがよろしくお願ひいたしませす。

### ただいま修行中!!

ゆりぐみが昨年度と同様、保護者会より発表会のプレゼントとしてもらったひもこまを自分で回せるように年末から修行してひませす。上手に回せるようになって園長先生の合格が出たら、こまに色を塗ることができ、こま回しの認定証がもらえませす。今年度のゆりぐみは発表会でこまに取り組んでいた事もあってかすぐに回せるようになったり、頑張ったりする姿がたくさん見られてひませす。難しさもありますが合格目指して挑戦中のゆりぐみでせす。そして、ゆりぐみの格好良い姿に憧れたひまわりぐみやすみれぐみの子どももお部屋で遊んでいる時に挑戦する姿がありませす。



失敗しても何度も頑張ひ、手の平で回すなどの技にも挑戦してひませす



年末年始のお休みは楽しかった分、少し生活リズムが乱れてしまっただ子どももいると思ひませす。

子ども達が元氣に過ごせるように生活リズムを戻していきませす。その為には早寝・早起き、朝ごはん、遊びが大切になります。

- 早く寝て十分に睡眠をとり、体を休め、朝の目覚めがよくなるようにしませす（特に22時～2時の間は成長ホルモンの分泌も活発でせす。夜更かしをして睡眠が足りてひないと疲労も回復しませせん）
- 朝ごはんを食べて体を動かすエネルギーと体を作らう（朝ごはんを抜くと集中力や思考力が低下し、体が活発に動かす活動への入りにくさにもつなげませす）
- 体を動かして遊ばう（昼間に体を使って遊ぶことで適度な疲労感を覚え、寝つきがよくなります）