

1月の子鳩だより



冬の遊び、新しい私（創造する子ども）

子鳩保育園のHP <https://kobato-kokubu.jp>



新年明けましておめでとうございます

ご家族お揃いで楽しいお正月を迎えられた事と思います。お正月休みの出来事を話す子ども達の嬉しそうな声で、楽しかった様子がうかがえます。いよいよ園生活もまとめの時期に入ります。元気にのびのびと成長する子どもたちの姿をしっかりと見守りながら、進級・進学に向けて毎日を大切に過ごしたいと思います。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

1月の行事予定



- 1日（水）元旦
- 4日（土）仕事始め
- 6日（月）まごころ弁当日
- 13日（月）成人の日
- 14日（火）体位測定
避難訓練
- 16日（木）誕生会



保育の話エトセトラ

【生活リズム】

睡眠

成長ホルモンは、睡眠時の22:00～3:00に多く出て、子どもの心や体の発達に大きな影響を与えます。

食事

脳は糖質（食事）をエネルギー源としています。朝食・昼食・夕食と、栄養バランスの良い献立で健康な体になりましょう。

活動

朝起きて太陽を浴び、一日元気に活動する

睡眠、食事、活動、3つのバランスの良いリズムにより、脳や体が活性化します。生活リズムを整えて、丈夫で元気な子どもを育てましょう。

年明けの生活リズム

（早寝・早起き・朝ごはん）

年末年始、いつもと違う生活リズムになってしまったご家庭も少なくないと思います。少しずつ以前の生活リズムを取り戻していきましょう。

まずは、早く起きて日の光を浴び、温かい朝食で体を目覚めさせましょう。子ども達は園でしっかり体を動かし動かしますので、夜は早く寝て疲れを取り除いてください。

給食室より



クラスだより

HAPPY and DREAM class

- ・生活リズムや生活習慣を整え手洗いやうがいを励行し健康に過ごす
- 3才・・・正月あそびや伝承あそびを友だちと一緒に楽しむ
- 4才・・・あそびや活動の中で、自分の思いだけでなく、相手の気持ちを知り受け止めようとする
- 5才・・・一人ひとりが見通しや目標を持って、意欲的に活動する

《HAPPY・DREAM class》

先月はもちつきがありました。園庭に杵と石臼を準備してもらい、ゆり組とすみれ組がもちつきに挑戦しました。「ぺったん！ぺったん！」と、一生懸命つきました。友だちに「がんばれ〜！」と、応援してもらい、張り切ってつくことが出来ました。つきあがったもちのはたんぼ組も加わり、おもち丸めにも挑戦しました。「やわらかいね〜」「あったか〜い」「にぎにぎ〜」と、言いながらおもちを丸めました。もちをついた感想を聞くと、「きねが重かったけれど、自分でつけた！」「おもちが気持ち良かった！」「たのしかった〜」と、様々な声を聞くことが出来ました。伝統行事に触れる事が出来、楽しいとても楽しい思い出になったようです。

《0歳児》・天気の良い日は保育者と一緒に戸外遊びや探索活動を楽しむ

園での生活に慣れるにつれ、友だちへの関心が少しずつ出てきました。同じ玩具で遊ぼうと、友だちの隣で顔を見合わせながら遊ぶなど可愛らしい姿が沢山見られます。又、保育者の言葉も少しずつ理解して、絵本の読み聞かせを楽しみにしているようです。

新しい年も、子ども達に寄り添いながら成長を見守っていききたいと思います。

《1歳児》・保育者や友だちとの関りを通して、言葉のやりとりを楽しむ

12月より、ちゅうりっぷ組とあひる組は合同で過ごしています。まだ、それぞれのクラスの友だち同士で遊んでいる様子が多くみられますが、保育者が関わりながら遊ぶ事で、少しずつ名前を覚えて一緒に遊ぶ姿もみられます。遊びや生活を通して楽しく過ごせるようにしたいと思います。

《2歳児》・寒さに負けず体を動かして遊ぶ

お正月ならではの遊び（絵カルタや福笑いなど）を、一緒に楽しみたいと思っています。皆で一緒に遊びをすることで、順番を守ることや貸し借りなどの約束事が経験できる良い機会になると思います。

又、身の回りのことが随分ひとりで出来るようになってきました。園児服の一番上のボタンの掛け外し等も、時間をかけながら挑戦する姿がみられます。お家の方でも見守って下さいね。

