



おひさまだより

令和5年5月2日発行 文責:園長 有好恵子



今年は、特に寒暖差が大きく、着るものに迷いますね。重ね着で調節できるようにしている方も多いのではないのでしょうか。春は、1年のうちで最も寒暖差が大きく気温の変化に対応するため、身体は交感神経の働きが優位な緊張状態になります。そのために免疫力が下がる、胃腸の働きが落ちる、肩や腰が痛くなるなどさまざまな症状が現れます。さらに、春は生活が変化することによってストレスを感じる事が多く自律神経が乱れやすくなります。

自律神経を整えるために次のことに気をつけ、この季節を乗り切りましょう！

- ・決まった時間に起床し、朝食を摂る
- ・良質な睡眠をとる
- ・体温調節ができる服装をする
- ・自律神経を整える作用のあるビタミン・カルシウム・ミネラルを積極的に取るなどがあげられます。

***園の様子は…** 4月は新しい園児・職員が入り、クラスが変わり、何となく落ち着かない日々でした。新入園児は、大きな声で泣いたり、ご飯を食べないと抵抗したり、小さな体で精いっぱい気持ちを表現していました。そうやって新しい環境に馴染んでいくのだと思うと、ちょっと切ない気持ちになります。新しい先生に対し、イヤイヤしていた人もいましたが、そろそろ「先生大好き」に変わっていく頃でしょうか。5月に入り、外遊びも本格的になります。どんな姿を見せてくれるのか、これからの子どもたちの成長と保育士の関わりが楽しみです。

「入園したら熱を出す」とよく言われます。例年、この時期咳や発熱で休む人が少なからずいます。集団生活に入り、子どもたちが長い時間一緒に過ごすため病原菌をうつし合うためと言われます。早くみんな元気になり、全員揃う日を待っています。



8日(月) ~個人懇談(未満児)

10日(水) 内科検診

30日(火) 避難訓練 下旬…三計測

一條聖子栄養士が4月末で退職しました。5月1日より調理員として以前も勤務していた川真田美樹が入ります！！

***旅行等のお土産について** ゴールデンウィークには旅行に出かける方もいらっしゃるかと思います。食物アレルギーや、さまざまな事情により、お土産をクラスの子どもたちに渡したり、一緒に食べたりするのは止めています。ご理解をお願いします。

***朝の送りについて** 気持ち良く一日をスタートしたいのはみんな共通の願いですね。送りの際のお別れの仕方についてお願いします。お連れになったら保育士に伝言があれば伝え、「いってらっしゃい」「じゃあね」と送り出したら、早めにお帰りください。何度も何度もタッチをしたり、抱きしめたりしているうちに、「ママと〜したかったのに！」と気持ちが崩れたり、寂しくなったりしてしまうようです。子どもの自ら育とうとする力を信じ、応援しましょう。

*お知らせ

○各クラスからも持ち物の記名についてお願いしているところですが、特に多い落とし物は靴下です。靴下はゴムの所に書いても、読みづらく、消えやすいので足の甲の部分に大きく書いてくださるようお願いいたします。

*6月の予定 *少し先のことをお知らせします*

3歳以上児は運動会の活動があります(6月6日~13日ごろ)保護者の観覧はお子さんの年齢で分かれて下記の日程をお願いします。

※年長のみ雨天時の予備日を設けています。

6日(火)	7日(水)	13日(火)	14日(水)
年少(3歳児)	年中(4歳児)	年長(5歳児)	年長の予備日



ワークショップ6月25日(日)

4月号でもお知らせしました。東京から指導の先生が来園します。職員は全員出勤で子どもたちの環境を作ります。お父さんかお母さんの一人は参加していただきたいと思えます。詳細は後日ご連絡いたします。



園庭に花びらが黄色のカタクリ(エリスロニュームパゴダ)が咲いています。珍しいです。ぜひ見てください!! HPではカラーでご覧になれます。

父母の会からのお知らせです！

父母の会から三役・クラス役員についてお知らせします

- 【父母の会会長】佐々木(めばえ) 【副会長】岩田(もみじ)、川村(いちよう)
- 【会計】庵原(もみじ) 【監査】大津(どんぐり)
- 【クラス役員】(めばえ) 佐々木 (くるみ) 佐藤 (どんぐり) 大津・内藤 (いちよう) 川村 (もみじ) 庵原・岩田・浦木・藤原 (やまぼうし) 森山・渡邊

※クラス役員は申し出人数によりますので、によってばらつきがあります。

