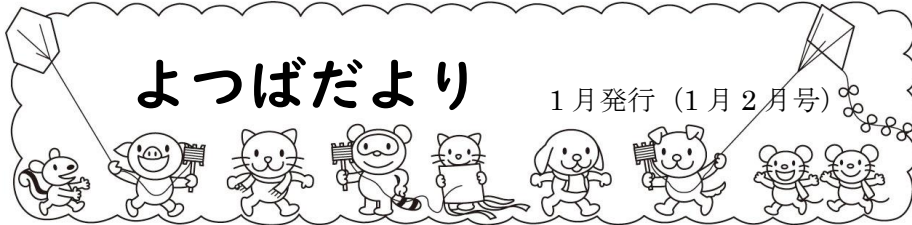


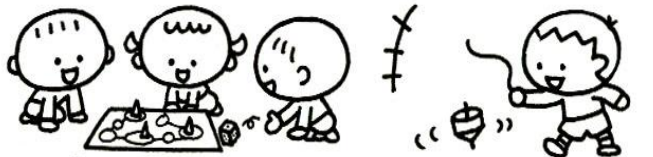
よつばだより

1月発行 (1月2月号)



新年、あけましておめでとうございます。

お正月はご家庭で穏やかに過ごし、子どもたちもたっぷり元気を充電できたことと思います。今年の干支はうさぎですね。子どもたちの心も体も軽やかに、楽しくピョンピョンと跳び回るような、楽しさあふれる年になりそうですね。今年も保護者の皆様と手を取り合いながら、子どもたちが充実した日々を過ごせるよう援助していきます。よろしくお願いいたします。



インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が、流行のピークを迎える時期です。園でも手洗いやうがい・消毒・換気など、感染対策に力を入れていきます。ご家庭でもお気をつけください。また、空気が乾燥すると、ウイルスは活発化します。乾燥しがちなこの時期は、加湿器を使ったり、濡れたタオルを室内に干したりして、ウイルスから子どもたちを守っていきましょう。



1月の予定

- 1月 4日 (水) 保育開始
- 1月 11日 (水) 身体測定
- 1月 18日 (水) 避難訓練
- 1月 20日 (金) お誕生会

2月の予定

- 2月 2日 (木) 豆まき
- 2月 15日 (水) 身体測定
- 2月 22日 (水) 避難訓練



寒さを感じよう

寒い冬でも外に出て遊んだり、散歩に行ったりしましょう。皮膚感覚は、神経を通して脳に伝わります。脳が「寒い」と判断すると汗腺を閉じて、熱が体外に逃げないようにします。この働きは生まれたとき



腹式呼吸でリラックス

日々の生活でストレスを感じると、無意識に呼吸は浅くなってしまいます。そんな時は「腹式呼吸」でリラックス。まずはゆっくりと息を吐き切ります。(腹がへこむ)。そして、鼻から息を吸い(腹が膨らむ)そのまま2秒ほど息を止めます。最後に、吸ったときの倍の時間をかけて口から息を吐きましょう。



お知らせ

卒園式について

3月31日(金曜日)に、卒園式を予定しています。今年度卒園する子どもたちを、その保護者の方と職員で囲み、静かにお別れの会を行います。詳細は後日お知らせいたします。

☆3月31日(金)の保育はありません。お休みのご協力をお願いいたします。

入園式について

4月1日(土曜日)に、来年度、入園のお子さんとその保護者の皆様で入園式を行います。

詳細は後日お知らせいたします。

★4月1日(土)の土曜保育はありません。

ご協力をよろしくお願い申し上げます。