



たんぽぽ組だより

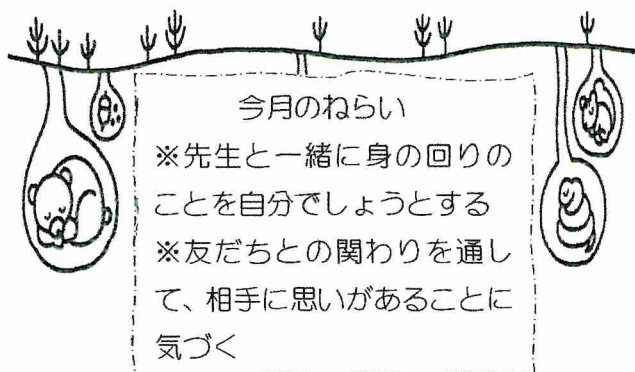


季節は冬へ・・・寒くても子ども達は戸外が大好き！風もなく穏やかな日には、出来るだけ戸外へ出て外気に触れる時間を作っていきます。外の空気に触れながら子どもたちが体を動かしたり、遊んだりすることで丈夫な体になっていきます。園内にもクリスマスツリーが飾られクリスマスムードが一気に高まる時期になりました。なんだかワクワクする気持ちを子どもたちと一緒に楽しみたいと思います。今月も風邪をひかないで元気に登園してください。

おねがい



- ◎着替え2組（肌着・ズボン・上着各2枚）に名前を書いて毎日お持たせ下さい
- ◎感染症や風邪が流行する時期です。園では早めに対応して子どもたちの健康を守っていききたいと思います。体調が気になる時は、朝からお知らせください。
- ◎毎週日曜日は、”爪”を確認され伸びている時は、切ってあげてください。



今月のねらい

- ※先生と一緒に身の回りのことを自分でしようとする
- ※友だちとの関わりを通して、相手に思いがあることに気づく

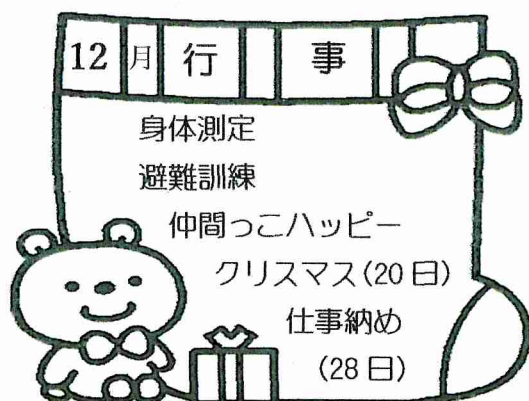


良い眠りのための9ヶ条

1. 夕方以降は部屋をくらくしよう
2. 夕方以降にテレビを観たり、ゲームをしたりしないようにしよう
3. 夜9時までには保護者も一緒にしよう
4. 寝る2時間前以降の暑いお風呂は避けよう
5. 寝る2時間前以降の食事は避けよう
6. 毎日朝日をしっかりと浴びよう
7. 毎日朝ごはんをしっかりと食べよう
8. 昼寝は午後12時～3時までに済ませよう
9. 昼間は楽しく活動させよう

文献「子どもの夜ふかし脳への脅威」より
熊本大学名誉教授 三池輝久氏

体内時計のリズムを作ることが必要です！！



12月

HAPPY BIRTHDAY

- 10日 林田 ひなさん
- 15日 野田 ゆうきくん
- 15日 野田 こうきくん
- 18日 高濱 ひなさん
- 23日 桑野 さわさん



今日のお話何かな？

楽しみ～

給食前、絵本を読み始めるとみんな集まってくるようになりました。

