



北平田保育園 H27. 2. 27(金) No.13

絵本の部屋にお雛様が飾られています。雛人形を前にして、♪ あかりをつけましょぼんぼりに～と口ずさんでは、ひなまつりを心待ちにしている子もいます。子ども達は雛人形の製作をしました。かわいいお雛様ができましたよ(\*^\*)

もうすぐ3月。春はすぐそこまで来ています。頬にあたる風が、どことなく暖かくなっています。新しい季節を迎えると、気持ちも楽しくなりますね。春を待ちわびる嬉しさや期待を感じながら、進学・進級に向けての日々を過ごしていくたらと思っています。



## 早起き・朝ごはんで生活リズムの改善を！

早寝・早起き・朝ごはんというフレーズは、耳にしているお家の方もいるかと思います。早起きさせるためにはまずは早く寝かせよう！と思っても全然寝付かずにはイライラしたことはありませんか？寝かせようと思えば思うほど逆効果に…なんてこともあるのでは？！少し考え方を変えてみてはどうでしょうか。早く寝せようとはせず、**早く起こす事に力を入れてみてください。**体力にもよりますが、子どもは目覚めた15時間後には眠くなるというデータもあるようです。ちなみに、朝6時に起こすと、夜の9時頃には自然に眠くなってくるはずです。ぜひ、試してみてください。起きて2時間後位から脳が活動するそうです。小学校では、脳の活動も活発になり集中する午前の時間に国語や算数などの授業を取り入れているようです。ただし、脳にエネルギーを注入するためにも朝食は大切です。小さい頃に身に付けた生活リズムは習慣化され、直しにくいとも言われているようです。幼少期がとても重要になりますので、大人の生活スタイルに子どもを合わせるのではなく、出来る限り子ども中心で考えてあげてくださいね！



バトンタッチ

## 年長さんのお仕事 よろしくね！！

年長児の卒園に向け、これまで年長児が行っていた仕事の引継ぎをしました。布団敷きの仕事では、ほうきの持ち方や掃き方一つひとつ丁寧に教えてもらい、今は年中さんで布団敷きを頑張っています。1つ大きくなる喜びでワクワクしているようです。



## ほくたち わたしたちは…

年中さんに引継ぎをした年長さんは、小学校に向けて給食の盛り付けの練習をしています。おかずの盛り付けでは、初めに量を多く盛り付けてしまい最後の方はおかずが足りなくなってしまったことも…加減が分からず、足りなかつたり多く余つたりしてなかなか難しいようです。

三角巾は、保育者に結んでもらってましたが、一人で結べるように練習をしているところです。



お誕生日 おめでとう！

☆いけだ はやとくん

6歳になりました。

将来の夢…「指揮者になりたい」

1月生まれのお友だち



年長さんは、卒園式に向け練習をしています。保育証書の受け取り方やお別れのことば、歌などです。お別れのことばは、一人ひとりが保育園での楽しかったことをいいます。だいぶ、自分の言葉を言えるようになってきましたが、式では緊張して言葉がつまってしまわないように、お家でも練習できるよう今日、練習用紙を持たせました。お家で練習してみてくださいね！お別れのことばの練習が終わると、「感動した！」、「ぼく、泣きそうになった」と少し目をウルウルするお友だちもいました。3月21日は、全員揃って卒園式を迎えられるように、体調管理には十分気をつけたいですね。

