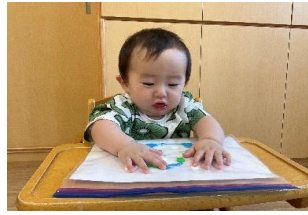




7月園だより

令和7年7月
旭町保育園
山野 曜子

今年は昨年よりも少し早い梅雨入りとなり、日によっては夏を思わせる暑い日もありますね。湿度が高くてジメジメすると体がだるく感じることもあります。梅雨の時期の体調不良は、気圧の変動や湿度、寒暖差での原因が多いようです。対策方法は、生活リズムを整える、質の良い睡眠、ゆっくりと湯船につかる等が良いとのこと。梅雨明けが待ち遠しく感じますが、日本ならではの梅雨の時期と上手に付き合っ、心身ともに健康で過ごしましょう。



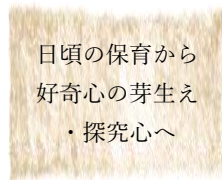
0歳児 絵の具で感触遊び☆



1歳児 さつまいもに水やりをしたよ



1歳児 お風呂ごっこ♪



日頃の保育から
好奇心の芽生え
・探究心へ



2歳児 保育園探検&あおむし観察



とうもろこしが大きくなったよ!!



3歳児 親子遠足 夕日寺の自然を探索
草笛&カエルの卵発見!



4歳児
葉っぱでお茶作り
&野菜スタンプ



5歳児
梅ジュース作り&
シェーピング
フォームを使っの
パフェ作り

今月の行事

行事予定の見方

身体計測⑤・・・身体計測

5歳児

体教・・・体育教室

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			お弁当の日 (3歳以上児)	体教(4.5歳)	身体計測⑤	
6	7	8	9	10	11	12
	七夕の会 身体計測④	身体計測③	身体計測②①	体教(4.5歳) 身体計測 (ふたば)	身体計測 (めばえ)	
13	14	15	16	17	18	19
	英語であそぼう (4.5歳)		プラネタリウム (5歳児)	体教(4.5歳)		
20	21	22	23	24	25	26
	海の日			献立表配信日 体教 (3.4.5歳)		
27	28	29	30	31		
		避難訓練 おたより配信日		体教 (3.4.5歳)		

・8月はお弁当の日はありません。

○水遊びについて

今年の夏も気温が高く、熱中症警戒アラートが発令する日が想定されます。今後、戸外での水遊びを楽しんでいく上で、環境省の熱中症警戒アラートを基準に活動の判断をしていきたいと思ひます。基本的には熱中症警戒アラートが発令している時は行ひませんが、詳細の時間ごとで指数が基準値を超えていない時間帯であれば、水遊びをすることもあります。活動開始時間を早くしたり、短縮したりするなど工夫をしながら、できる限り子ども達の活動を保障していきたいと思ひます。天気予報や実際の外気温、暑さ指数、アラートが発令するか等を確認し総合的に判断していますので、ご理解をお願いします。

○水筒・マグについて

毎日水筒、マグの用意をありがとうございます。おかげさまで活動の前後や個人に合わせてその都度水分補給をすることができています。今後の気温上昇と共に衛生面に気を付けていきたいと思ひます。ご家庭でも定期的に洗っていただき、清潔に使用できるようにお願いします。水筒については、子どもが持った時に誤って足の上に落とす恐れがあります。水筒カバーがある方はカバーの着用をお願いします。今後買い替える機会がありましたら、水筒カバーのついた水筒の購入をお願いします。

○服装について

絵の具やマジック等、様々な手法で制作活動を楽しんだり、戸外活動で園庭や自然の中で遊ぶことが多いため、衣服や汚れてしまうことが多々あります。衣服の汚れを気にすることなく、のびのびと創造力を働かせ集中して遊び込めることは子どもの成長に欠かせない体験です。子ども達の体験を保障するためにも、普段から汚れてもいい服装で登園してくださるよう、ご協力をお願いします。

生命（いのち）の安全教育

今年もベランダやウッドデッキなどで水遊びをしたり、0歳児の低月齢のお子さんは沐浴をしたりと、涼しく、楽しく、快適に夏を過ごしていきたいと思ひます。水遊び等の準備物については各クラスボードより確認をお願いします。今年より3歳以上児クラスには、水遊び後に体を拭くタオルはゴムですっぽりと頭からかぶるタイプのものをお願いしています。夏は特に水遊びや汗をかい着替えをする機会が増えるので、プライベートゾーン（水着で隠れる場所）を他人に見せない教育として、自分だけの大切な場所であることを知らせています。また、“小さいから、”男の子（女の子）だから、と決めつけてしまうのではなく、どの年齢、性別でも自分の体は自分のものであり、大切にしてほしいと思ひています。子ども達に言葉で伝えることは難しいですが、絵本を用いたり、保育者が意識して関わることで、幼少期から少しずつ意識づけをしていきたいと思ひます。

参考「生命（いのち）の安全教育」（文部科学省ホームページ）

わくわくアートの外部講師でもある画家、国友博先生が一創会展で会員賞に入賞され、子ども達と一緒に祝いをしました。子ども達からは「どんな絵を描いたの？」と国友先生が賞をとられた絵に興味深々の様子でした。園舎の左側の階段踊り場にある絵画は、以前描かれた作品を寄贈していただいたものです。是非降園時に親子で国友先生の世界観を楽しんでみてはいかがでしょうか。今後も国友先生と一緒に道具を大切に使うこと、絵を自由に表現することを楽しみたいと思ひます。



花束でお祝いしたよ♡

汚れたら、自分で拭けるよ

国友先生の言葉や考えていることに面白さを感じたエピソードを紹介します。

エピソード①『「版画はしない」っていいな～』

けやき組さんが事前に作成したオリジナルの版画を持ってのわくわくアート時のこと。版画の意味、版の押し方等を教えてもらい、まずはそれぞれ絵筆を持って自由に描き始めました。早めに版を押したい子、後からしたい子など様々です。版画コーナーが空いていたため、版画をすすめたところ、「版画はしない（今は）」と言う多くの子たち。その言葉だけをとると、どうして？作ったのに？と思う言葉ですが、描いているうちに自分の描きたいことに夢中になり、版画をしないという選択をしたのです。国友先生も「自分で選べるなんて最高やな～、版画はまたクラスでもできるしな」とおっしゃっていました。「せっかく作ったのに…」でなく、子ども達に選択肢を与えた上で、『しない』を選らんだその姿に、自分達の思いやもっとしたいという意欲が育まれているなと感じました。

エピソード②『面倒なことだからした方がいいこともある』

国友先生からわくわくアートの指導をしてもらって数十年が経ちますが、時代と共に保育の形も変わり、わくわくアートの取り入れ方も変化してきました。子ども達が主体的に動くためにはどうしたらいいか、道具の片付けの手順も大切だけど、描く時間も保障したい等、今の子ども達にとって何がベストかを必要に応じて話し合ってきました。方法を模索していく中で国友先生から、「昔は色を変えるたびに筆を洗うのにも順番をついていたけど、そういう面倒なことだからした方がいいこともあるよな。絶対何かが育つとは思はずだと思うよ」とのこと。昨今のAIなどを使用した利便性や効率が増えてきている世の中で、面倒な作業をする中で、自分で考えてどうしたらいいかを見つけること、どうしてほしいかを言葉で伝えることの必要性をおっしゃっていました。水入れの水を水しぶきに気を付けながら流すことや絵の具をこぼした時にはどうすべきか等、準備をしたり、片付けたりする過程の中で、効率ではなく、計画どおりにいかないことから学ぶ大切さがあることも経験できたらいいなと思ひます。



6月園だより



令和7年6月
旭町保育園
山野 曜子

園庭の草木に緑が生い茂り、さわやかな風が気持ちいいですね。草花を使ってスタンプや画用紙に色を付けたり、アリ探しをしたり、シャボン玉遊びをしたりと、元気な子どもたちの声でにぎやかです。今月も園周辺や園庭、様々な公園の戸外あそびを楽しみたいと思います。各クラスでは野菜や苗を育てたり、大豆を使って味噌づくりなどもしています。食物を育て、観察すること、水やりなど世話をすることで食に興味を持ち、食べることが大好きになってほしいと思います。

先月は天気によって寒暖差があり、発熱症状などで体調を崩しお休みするお子さんが多くいました。変化する気温に体が順応しなかったのかもしれませんが。適度に汗をかくことは体温調節の機能を高めるには大切なことです。こまめに水分補給をし、衣服で調節しながら、ジメジメした梅雨の季節を元気に過ごしましょう。



0歳児 つばみ組
お花触ってみたい♡



1歳児 ふたば組
シャボン玉遊び♪



1歳児 めばえ組
お散歩楽しい！



2歳児
ベランダでお話タイム

様々な遊びを
経験中！！



3歳児 かえて組
とうもろこしの葉が伸びた！



4歳児 ぼぶら組
給食先生のお手伝い



5歳児 けやき組
味噌の観察&けやきの木制作



今月の行事

行事予定の見方

身体⑤・・・身体計測

5歳児

体教・・・体育教室

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			3歳児親子遠足 お弁当の日 (3歳以上児)	体教 (4.5歳) 身体⑤	身体④	
8	9	10	11	12	13	14
	身体③	身体 (0.2歳)	歯科検診 歯みがき教室 (2.3歳) 身体(ふたば)	体教 (4.5歳) 身体(めばえ)	歯みがき指導 (4.5歳)	
15	16	17	18	19	20	21
			自然とあそぼう (4歳児)	体教 (3.4.5歳)		
22	23	24	25	26	27	28
		わくわくアート (4.5歳)		体教 (3.4.5歳) おたより・ 献立表配信日	避難訓練	
29	30					
	英語であそぼう (4.5歳)					

・7月2日(水) お弁当の日(3歳以上児)

・7月16日(水) プラネタリウム(5歳児)

○虫よけ・ムヒの投薬シートについて（新入園児・令和6年度に途中入所の方対象）

保育園では、虫よけ対策として網戸を設置し、身体に害のないハーブの虫よけをつるすなどしています。虫よけスプレーに関しては安全性が問われたり、敏感な肌のお子さんが多く、個々によって違うのが現状です。そのため、虫よけは各ご家庭よりスプレーをしたり、虫よけシールを貼るなどお子さんにあった虫よけ対策をお願いしています。0、1歳児のお子さんにつきましては、剥がれたシールを誤飲する恐れがあるため、シールタイプはお控えください。また、腕につけるリングタイプは、安全性や紛失等を考えご遠慮していただいています。

これから戸外活動で蚊に刺されることが多くなります。刺された際に、かゆみ止めにムヒを塗っていますが、新入園児、途中入園の皆さんには、ムヒ専用の投薬シート許可書を記載していただいています。（本日、用紙を配布しました）ムヒの塗り薬に不安がある方は申し出てください。投薬シートを提出後は卒園するまで自動継続となります。

○カッパ（雨具）持参について

3歳以上児は、梅雨時期には雨の日散歩へ行ったり、小雨の時でもカッパを着て戸外活動を楽しみたいと思います。カッパは保育園で保管し活動で使用します。持ってきていただく際には、各クラスボードにてお知らせします。

○戸外用靴・置き靴について

戸外に出る機会が増え、汗ばむ日も多くなってきました。戸外用靴・置き靴は定期的にサイズや汚れを確認していただき、月に1度は洗って頂くなど清潔を保てるようお願いいたします。置き靴を持ち帰る日につきましては、クラスボードでお知らせします。

水遊びについて

年度初めにお知らせした通り、今年度より子ども達を水の事故から守り、安全を最優先するためプール遊びをとりやめました。ベランダにオーニングを設置し、熱中症対策を強化することで、水遊びを中心に夏ならではの遊び（ボディペイント、色水、氷遊び、シャボン玉、すいかわり等）を楽しんでいきたいと思っています。

0、1、2歳児クラスは、毎日健康チェックシートに沐浴、水遊びのチェックをお願いします。記入がない場合は体調確認ができないため、沐浴水遊び等は控えさせていただきます。

3歳以上児クラスは、体調の優れない日のみ連絡帳や口頭にてお知らせください。お伝えがない場合は水遊びが可能と判断します。また、水遊びを予定していても担任が日中の様子を見ていて控えたほうが良いと判断した場合は、控えさせていただきます。（機嫌が悪い、体温が高め等）

準備していただく物につきましては、各クラスボードにてお知らせしますのでご覧ください。また、健康チェックシートの配布や記入時期等につきましては、後日お知らせ配信にてお知らせします。

紫外線や日焼け対策として、ラッシュガード等を着用されても構いません。使用の有無については、各ご家庭の判断にお任せしています。

お知らせ

○個人懇談について（希望の方のみ）

当園では、個人懇談を6～8月と12～3月の年間2回開催しています。お子さんの園生活の様子やご家庭での様子を保護者の皆さんと共有しながら、成長を見守っています。お一人15分という限られた時間ですがぜひこの機会に参加ください。年齢ごとに日程アンケート配信の時期、開催期間が異なりますのでご注意ください。

- ・5歳児…6月16日(月)～6月27日(金) 配信済
- ・4歳児…6月30日(月)～7月11日(金) 配信済
- ・3歳児…7月14日(月)～7月25日(金)
- ・2歳児…7月28日(月)～8月8日(金)

※0、1歳児…今回は期間を設けていません。随時、相談を受けています。

※保育園には様々な分野の専門知識を持った職員（栄養士、看護師、主幹保育教諭、園長など）がいます。ご相談は随時受け付けています。遠慮なくお声かけください。

○個人参観について（希望の方のみ）

進級して2カ月が経とうとしています。保育園での食事や生活する姿、友だちと会話をしたり、様々な遊びを楽しむ姿など、子ども達の園生活の様子をご覧ください。年齢やクラスによっては、クラス前の入り口から見ていただく参観型とクラスの中に入っていただき一緒に活動を楽しんでいただく参加型と内容は異なります。4、5歳児につきましては、給食の様子や実際にお子さんと同じ園の給食を食べていただくこともできます。

- ・5歳児…6月30日(月)～8月29日(金) 配信済
- ・4歳児…6月30日(月)～8月29日(金) 配信済
- ・3歳児…8月25日(月)～9月26日(金)
- ・2歳児…7月14日(月)～8月29日(金)
- ・1歳児(ふたば・めばえ組) 配信済

…6月16日(月)～6月30日(金)

・0歳児…それぞれの入園時期から2～3カ月後に参加型で行う予定です。担任より声掛けさせていただきます。



日陰の下で靴を履いています



中園庭ではテントの下で遊びます



5月園だより

令和7年5月
旭町保育園
山野 曜子

0歳児
たんぽぽ可愛いな♪



戸外でたくさん
遊んでいます♪



1歳児 ログハウスで休憩中



3歳児
トウモロコシの種まき♡



4歳児
草花を集めて
フレームに飾ったよ♪



5歳児
万華鏡を作ったよ！



1歳児
チューリップを見に行っちゃったよ



2歳児
シャボン玉にチャレンジ

満開の桜から新緑のまぶしい季節となりました。子ども達は帽子をかぶり、嬉しそうに園庭や周辺の公園へお散歩に出かけています。なかよし公園に咲いているチューリップとの写真撮影は毎年の恒例になり、たくさん咲いているチューリップに目を輝かせていますよ。公園に行くことだけが目的ではなく、道端の草花に触れたり、様々な働く車との出会いも楽しみの一つとなっています。今後も心地よい春の自然の中でおもいっきり体を動かし、戸外遊びを楽しみたいと思います。

日によって温かい日、肌寒い日があり体温調節が難しく体調を崩しがちです。生活リズムを整え、衣服調整等に気をつけながら元気に過ごしていきたいですね。

今月の行事

行事予定の見方 身体⑤・・・身体計測 5歳児 体教・・・体育教室

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
						憲法記念日
4	5	6	7	8	9	10
みどりの日	こどもの日	振替休日	身体⑤	体教 (4.5歳) 身体④	身体③	
11	12	13	14	15	16	17
	身体②⑩	身体 (ふたば)	4歳児親子遠足 お弁当の日 (3歳以上児) 身体 (めばえ)	体教 (4.5歳)		
18	19	20	21	22	23	24
	英語であそぼう (4.5歳)		内科健診	体教 (3.4.5歳)		
25	26	27	28	29	30	31
		わくわくアート (4.5歳) おたより・ 献立表配信日	避難訓練	体教 (3.4.5歳)	自然とあそぼう (5歳)	

- ・ 6月4日(木) 3歳児親子遠足(3歳以上児はお弁当の日です)
- ・ 6月11日(水) 歯科検診
- ・ 金沢医療センター看護学校から5月20・21日、5月27・28日、6月3・4日、6月5・6日の2日間ずつ実習生を受け入れています。

お願い

○玄関の交通安全について

玄関での交通安全について確認です。以下のことに注意してください。事故防止に協力をお願いします。

- ①玄関から園児だけでは出ない。
- ②自動解除ボタンは園児一人で触らない。
- ③車道は飛び出さないように必ず手を繋いで歩く。
- ④駐車場内ではあそばない。
- ⑤兄弟のお迎えは、小さいクラスのお子さんからお迎えに行き、兄弟一緒に玄関から帰るようにしてください。

※子どもの飛び出し等による事故防止のため、玄関扉、門扉は開けたままにせず出入りの際は必ず閉めるようお願いします。

※0、1 玄関においても道路側から見て死角になっているため、飛び出すと大変危険です。必ず手を繋いで登降園をお願いします。

○駐車場の安全について

お子さんから目を離さず保護者の責任の下、駐車場をご利用ください。お子さんには、人の車には触らない、落書きをしない、石を投げない等駐車場内でのマナーを繰り返しお伝えください。また、車内にお子さんだけを残して登降園することもお控えください。当駐車場の事故、盗難などに関しては責任を負いかねますので、共有の場所では互いにルールを守り、気持ちよく安心安全に使用できるようご協力をお願いします。

○降園後の園庭あそびについて

保育園の駐車場は限られています。降園後、駐車したまま園庭には行かず、帰宅後徒歩でお越しください。混み合う時間帯のスムーズなお迎えにご協力をお願いします。

○スポーツエデュケーションレオ（個人教室）のお迎えについて

4 月より毎週水曜日にホールにて4、5 歳児対象の体育教室が行われています。降園時の駐車場混雑緩和のため、教室迎えの方は分園駐車場を利用してください。また、教室終了時間の17:45~18:00 過ぎまでは大変混み合いますので、時間に余裕を持ってお越しください。

○水筒・マグについて

水筒・マグの準備をしていただきありがとうございます。お子さんによっては、お茶を飲む量や回数には個人差があると思いますので、お子さんの様子から判断していただいたり、お子さんと相談したりして量を調節してください。また、水筒は汚れやすいので定期的に消毒をし清潔にさせていただきようお願いします。

端午の節句ってどんな日？

5 月と言えば、端午の節句『こどもの日』。こいのぼり上げて兜を飾って、男の子の健やかな成長を願うとされています。しかし元々中国では5 月は“悪い月”とされ薬草(菖蒲や葵など)を食べたり飾ったりして魔除けにし、日本では武家の時代の「勝負」に繋がることから、男児の健康や出世を願う節句となってきました。そして時代の変化とともに「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する日」として、男の子のものだけでなく家族みんなで楽しく過ごす日とも言われています。どの時代も子どもの成長を願うことは同じですが、時代の背景で意味合いが変わっていることに驚きですね。今年の端午の節句は子ども達の成長を願いながら、“家族みんなで楽しく過ごす日”としてはいかがでしょうか。



浅野川・鯉流し

浅野川の梅ノ橋から浅野川大橋付近で鯉流しが毎年行われています。空ではなく、友禅流しのように川に流す金沢ならではの鯉のぼりですね。今年は5/4に開催されるようです。

大阪・関西万博が開催しました！

大阪・関西万博が10月まで行われています。158カ国の国と地域が参加し、『いのち輝く未来社会のデザイン』をテーマに、未来を創造させる最先端技術や独自文化を披露しているとのこと。石川からは輪島塗地球儀が展示され、復興に向けて世界にアピールしていることも話題となっています。当園でも様々な国のお子さんが在籍しており、異文化を知る取り組みをしています。昨年度はオリンピックイヤーということで、国旗のウォークラリーや様々な国の給食メニューを給食でいただき、「今日はどこ国だろう？」と園児、職員共にわくわくしながら楽しみました。インドネシアの保護者からいただいた、国の伝統的な布で作られた人形も展示しています。異文化に触れるよい機会をいただいたと感じています。今年は万博をきっかけに、たくさんの国や様々な文化があることを知り、興味関心を広げてほしいと思っています。子ども達がどんなことに興味を持ち、どんな遊びへとつながられるか楽しみです。

ご注意ください！

先月からインフルエンザ、溶連菌感染症、感染性胃腸炎のお子さんが増えています。お子さんの体調の変化に留意ください。手洗いをしっかり行い、生活リズムを整えることで免疫力を高めましょう！罹患しましたら、コードモン資料室内にあります『お知らせ・感染症と登園の目安』を参考にしてください。



4月園だより



令和7年4月
旭町保育園
山野 曜子

入園、進級おめでとうございます。

園庭の桜のつぼみも膨らみ始め、暖かな春の日差しとともに新年度がスタートします。これから始まる新しい保育園生活に、子ども達の気持ちも期待で膨らんでいることでしょう。

保育園では子ども達が楽しく安心して過ごすことや主体性を大切にしたい学びなど、実体験を通した教育・保育を目指しています。皆さんが笑顔で過ごし、健康な心と体で楽しく元気に過ごせる一年になるよう、職員一同力を合わせていきたいと思っています。

春の季節の変わり目や毎日の気温差で体調調整が難しいですが、暖かい日には戸外で体を動かし、たくさん遊ぶことで、しっかり食べて寝て、元気に過ごせるようにしていきたいと思っています。

友だちと一緒に
様々な遊びを楽しもう！



今月の行事

行事予定の見方

身体⑤・・・身体計測

5歳児

体教・・・体育教室

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				体教 (4.5歳)		入園式
6	7	8	9	10	11	12
	身体⑤	身体④	身体③	身体②① 体教 (4.5歳)	身体 (ふたば)	
13	14	15	16	17	18	19
	身体 (めばえ)			体教 (3.4.5歳)		
20	21	22	23	24	25	26
			避難訓練	体教 (3.4.5歳) おたより・ 献立表配信日	5歳児親子遠足 お弁当の日 (3歳以上児)	
27	28	29	30			
		昭和の日				

・5月14日(水) 4歳児親子遠足 ・6月4日(水) 3歳児親子遠足 ※親子遠足の日は3歳以上児はお弁当の日です。

確認事項

○送迎について

生活リズムを整え、子ども達の朝の自由遊びを保障するためにも、**9時までに登園**してください。また、送迎は、申請された時間を守り、時間に変更が生じた時は、連絡して下さい。また、いつも送り迎えして下さる方以外の方がお迎えに来られる際も連絡をお願いします。連絡がない場合は、お子さんをお渡しできません。

○コドモンアプリでの遅刻・早退連絡、打刻について

現在、欠席や遅刻、早退等の連絡をコドモンアプリと電話連絡で行っています。9時を過ぎますと、担任は保育に専念するため、コドモンアプリでの確認ができませんので、病院受診等での遅刻や急なお迎え変更が**9時以降になる場合は、電話にて連絡**をお願いします。登園・降園時の打刻についても引き続き忘れずをお願いします。打刻を忘れた場合は、電話にて申告をしてください。また、タブレット端末は精密機器のため故障等の恐れもあることから、お子様、小中学生の兄弟児には触れせず、必ず保護者様が打刻してください。

○延長保育・土曜保育の申請について

延長保育・土曜保育ともに登録申請書が必要になります。土曜日が不定期の方につきましては、その都度申請書を提出して頂くことになります。ご了承ください。土曜日の登園状況につきましては、月初めまでにクラス担任までお知らせしてください。

お知らせ

○給食だよりについて

給食だよりがより保護者の皆様に身近に感じて頂けるようリニューアルします。Instagramの投稿をより充実させ、食事の様子やレシピ等を配信します。給食だよりは2ヵ月ごとの配信に変更し、不定期で特別号を配信する等内容を充実させていきたいと思います。

○Instagram・クラスだよりについて

Instagramでは日々の子ども達の遊びの姿や様子をアップしています。クラスだよりでは遊びや生活の姿から、保護者の皆様に伝えたいより具体的な内容を発信しています。Instagramのアップの頻度につきましては、保育をしながらの写真撮影であることや、行事や活動に違いがあるため、年齢によってばらつきがあります。ご理解をお願いします。お子様の園での様子を、様々な視点から発信していきたいと思います。

親子遠足について

本園では在園中に火育（火を使った教育）、刃育（刃物を使った教育）を自然と遊ぶ（自然体験）の中で取り入れています。危険なものを安全に取り扱うにはどうしたらよいかを考え、自分自身で経験することを大切にしています。今年度も火おこしやのこぎりを使った体験を計画中です。また、夕日寺の自然の中での探索だけでなく、事前準備等を親子で考えたり、作ったりすることも体験できたらいいなど考えています。自然を通して様々な体験を親子で楽しみましょう。

- ・5歳児・・・4月25日（金）夕日寺健民自然園
 - ・4歳児・・・5月14日（水）夕日寺健民自然園
 - ・3歳児・・・6月4日（水）夕日寺健民自然園
- 保護者の参加は2名までとさせていただきます。

詳細は後日お知らせします。



お母さんに見守られて
マッチにチャレンジ！



自然を
楽しもう！

新年度を元気に過ごしましょう

4月は新生活の時期です。新しいクラス、友だち、先生など、子ども達はドキドキわくわくの新生活がスタートします。新入園の保護者の皆様にとっては、保育園生活も新しいスタートですね。緊張をしたり、頑張りすぎるとストレスが溜まり、体の免疫力が低下して体調を崩してしまうことがあります。それは子どもも大人も同じです。自分なりのリラックス方法、ストレス発散方法がありますか？時間のない中でもストレスを解消する方法をご紹介します。

- ・ストレッチをする…筋肉を伸ばしほぐすことで緊張を和らげ、心もリラックスする効果がある。お子さんにはスキンシップやふれあい遊びがおすすめです。
- ・美味しいものを食べる…幸福感や気分を高揚させる効果がある。親子で会話を楽しみながら食事をするのもいいですね。
- ・自分の気持ちを話す…自分自身が感じていることを誰かに話すことでストレス発散になる。親子で今日一日の出来事を伝え合ったり、前向きな言葉を発することも嬉しい気持ちになりますね。

その他にも笑うと副交感神経が優位になって安心感を感じやすくなるということです。子どもも大人も楽しく過ごし、笑顔いっぱいの毎日にしたいですね。