



5月の園便り

2025 加布里保育園

新年度がスタートして早くも1ヵ月が経ちました。子どもたちは好きな遊びを見つけられるようになり、毎日楽しそうに過ごしています。とはいえ、この時期は五月病のような疲れを感じる時期でもあります。体調が優れない場合は、大人も子どもも無理をしないようにしたいですね。今月は親子ふれあいDAYがあります。親子で楽しく参加できるイベントを予定しておりますので、たくさんのご参加お待ちしております。今月もよろしくお願いいたします。



《特別教室》

体育教室・・・14日 (にじ・つき)
21日 28日 (にじ・ほし)
絵画教室・・・9日 16日 (にじ・ほし)
英語教室・・・19日 26日 (にじ)

《行事予定》

1日(木)衛生検査
3日(土)口憲法記念日
4日(日)口みどりの日
5日(月)口こどもの日
6日(火)口振替休日
15日(木)退避訓練
17日(土)親子ふれあいDAY
20日(火)お弁当持参日
27日(火)5月生まれお誕生会

※親子ふれあいDAYについては、しっかり配布物に目を通されて下さい
※新園児の保護者様 安心安全メールへのご登録よろしくお願いいたします



生活リズムを整えましょう！！

新年度から一か月が過ぎ、子どもたちが保育園での生活に慣れてきた頃に、ゴールデンウィークの長期休暇が訪れます。子どもたちにとっても楽しみな連休ですが、早寝早起き等の規則正しい生活リズムを心掛けていきましょう！！

生活のリズムを整えることは、子どもたちの心身の発達にとって大切な事とされています。特に睡眠は子どもたちの脳の発達にとっても必要不可欠のようです。

♪良質な睡眠のすすめ♪

- ① 起きてすぐに朝日を浴びると、一日24時間の生体リズムがリセットされ、寝つきがよくなったり、目覚めがよくなるそうです。
- ② 寝る1～2時間前はスマートフォンなど見ず、薄暗い環境を作りましょう。

ぜひお試しください！