



かけがわのぞみだより

今年は、暖かい日が多く時々額に汗をにじませて元気いっぱい遊んでいる子ども達です。朝晩は急に肌寒くなる為、体調管理には十分注意していきたいと思ひます。

新型コロナウイルス感染者数は日ごとに増加していく一方であり、不安を抱えながらの生活を送っていることと思ひます。静岡県が毎週末発信しています「静岡県新型コロナウイルス警戒レベル」は、QRコード読み取り機の右側に掲示をしてありますので、ご覧ください。基本であるマスク着用・手洗い・手指消毒においては、引き続き徹底をお願い致します。

12月の行事予定

- 2日(水) 東病院芋掘り(5歳児)
【予備日 7日(月)・9日(水)】
- 5日(土) かけがわキッズ
(2・3・4・5歳児)
- 15日(月) 避難訓練
- 16日(水) 身体測定(乳児)
- 17日(木) 身体測定(幼児)
- 18日(金) もちつき
- 21日(月) 誕生会
- 24日(木) クリスマス会
- 26日(土) 希望保育
- 28日(月) 希望保育

※12月の体育教室・英語教室は、お休みとなりましたのでよろしくお願ひ致します。

※もちつきは、園行事として園児のみで楽しみます。(力士来園・地域参加はありません。)



幼児クラスが、育てている冬野菜です。大きくなってきました!!



主任の先生が講師となって、5歳児さくらぐみさんが、寄せ植えをしました。大切に育てています。



【子どもの寝不足は危険!!】 子どもにいいこと大全より

日本に暮らす子ども達は世界的にみても睡眠時間が短く寝不足ぎみであると報告されています。効率よくノンレム睡眠、レム睡眠を交互に繰り返せない為、大人よりも長めの睡眠が必要なのです。さらに、睡眠には、論理的思考力や感情の安定に欠かせないセロトニン神経を育てる働きもあります。「怒りやすい」「少しのことで心が折れてしまう」等の場面はありませんか。なるべく夜8時に寝て、朝6時に起きる習慣が身に付くといいですね。寝る1時間前からはテレビやスマホも消しましょう。帰宅が遅くなった日は、お惣菜の夕飯にお風呂をパスしてもいいと思ひます。全部完璧な生活を送ろうと思ったら疲れてしまいます。子育ての目標でもある子どもの自立に向けて、親子で睡眠ファーストの生活を送りましょう。大人の生活の質もぐんと向上するようですよ♪



おたんじょうび
おめでとう!!



- | | | |
|---------|----|-------|
| さん(1歳児) | さん | (1歳児) |
| さん(2歳児) | さん | (2歳児) |
| さん(3歳児) | さん | (3歳児) |
| さん(3歳児) | さん | (3歳児) |

