

にこにこだより

R6・9月

認定こども園
和光幼稚園

日中はまだ残暑が厳しい日が続いていますが、朝晩は風が少し涼しく感じたり、スズムシの声が聞こえたりと少しずつ秋の訪れを感じます。気温差もでてきますので、体調に気をつけて過ごしましょう。
異年齢のお友だちと接触して、いっぱい刺激を受けながら大きくたくましくなっていけるよう「にこにこランド」で遊んでほしいと思います。

生活リズムを整えよう

大人も子どもも 寝る子は育つ

《生活リズムと自立心》

- ・生活リズムを整えることは、子どもの健康のためはもちろん、子どもの自立心を養うためにも重要なことです。
- ・生活リズムを整えることは、子どもにとっても、親にとってもいいことづくし。

眠りのあいだに育むもの

睡眠＝あたま・からだ・こころを元気に！

★できることから、取り組んでみるといいですね。

9月の予定

- 9月 4日 (水) ※9時45分～
受付を行っています
- 9月11日 (水)
- 9月18日 (水)
- 9月25日 (水)

※秋の工作・身体あそびをする予定です。
やりたいこと・できることを楽しみましょう。

寝冷えシーズンに要注意

8月中旬～9月にかけて寝冷えのシーズンとか。
寝る時は蒸し暑いけれど、朝方は気温が下がっているから寝冷えをします。
睡眠中は体温調節機能がうまく働かないので、部分的に冷えて身体全体の調子が狂ってしまいます。
とくに、おへそまわりは身体の中でも神経が鈍いところなので、秋口におへそを出して眠るとときめんに寝冷えをしてしまうとのこと。
予防は、軽い布団やタオルケットなどで、お腹の上に乗せて眠ることですね。みなさん、お気をつけて。

プールでみずあそび

みんなお水となかよしできたね

