



# 7月\*かていつうしん

No. 483 令和 2. 7. 1 社会福祉法人三心会 山田町第一保育所

## 『早寝・早起き・朝ごはん』・・・やっぱり大切です

先日の親子遠足は天気を心配しましたが、広～い、空気の良い外で出来て良かったと思っております。親子でのゲーム・ふれあい遊び、お友だちと散歩をしたり遊具で遊んだり、お弁当を食べたり・・・楽しいひとときを過ごす事が出来ました。ご協力ありがとうございました。

まだまだ梅雨空の続く毎日ですが、梅雨が明けるといよいよ盛夏を迎え、水遊びが気持ち良い季節となります。夏の太陽に負けないくらい元気いっぱいの子どもたちですが、午前中にたっぷり遊ぶために大切な事は、生活リズムを整える事のようにです。そこで一番大切なのが「早寝・早起き・朝ごはん」。夜ふかし⇒朝寝坊⇒朝ご飯を食べずに登所すると元気に遊べず、活動にも集中できず、ケガに繋がる可能性もあります。急に早寝・早起きにする事は難しい事ですが、夜早く寝かせる事より、朝早く起こす事から始めた方が上手くいくようです。まずいつもより15分早く、次に30分早くと少しずつ早く起こしてあげ、保育所でたくさん遊んでくれば夜も自然と早く寝るようになるでしょう。

早寝・早起きで頑張っているのに、なかなか朝ご飯を食べてくれない・・・。そんな時にはバナナ・ヨーグルト・小さなおにぎりなどを少しでも食べられると、何も食べないより体と頭が目覚めるきっかけになってくれます。朝ごはんをエネルギーを補給して暑い夏を元気に乗り切り、遊びを楽しんだ後はモリモリとお昼を食べて気持ち良くお昼寝もできます。親子で早寝・早起きをして三食きちんと食べる等、規則正しい生活を心がけ暑い夏を元気に過ごしましょう。

所長 阿部 康子



♡あたらしいおともだち♡  
ひよこ組(0歳児)  
ふるやしき あやめちゃん  
たんぼほ組にお兄ちゃんがいます、  
よろしくお祈いします!

6月の苦情・要望  
6月期に寄せられた苦情・要望な  
どげんがいましてもしんが何か共



## 7月うまれの おともだち

### 3歳になります♪

11日 ささき かほちゃん

### 2歳になります♪

3日 かいたに ちはるちゃん

21日 わかえ しゅあちゃん

### 1歳になります♪

20日 ひらいし がいくん



## おしらせ・おねがい

- ★7月7日(火)に七夕会があります。例年であれば地域の方々を招待しておりましたが、今年度は園児のみで行う事といたしました。
- ★新型コロナウイルスだけでなく、この時期特有の感染症や熱中症対策など、子ども達の健康管理・安全対策には十分気を付けていきたいと考えております。引き続き、ご協力をお願い致します。



## 地域ふれあい夏まつりについて



先日配布致しました『地域ふれあい夏まつり』についての案内に訂正箇所がございました。追加のお願いと共にお知らせ致します。

- マスク着用は任意としておりましたが、家族の方は必ずマスク着用でご参加下さるようお願い致します。
- お菓子の詰め合わせは園児のみとなります。家族の方々へはジュースのみとなります。
- 受付であそび券を配布しますが、園児や兄弟等にあげたりするとトラブルの元となりますので、大人の方も券を使って一緒に楽しんで頂きたいと思ひます。
- 全員集合写真を予定しておりましたが、コロナウイルス感染拡大防止の為、行わない事と致しました。今回は、スナップ写真のみ写真屋 KON さんをお願いする事に致しました。



## 7月の行事予定

- 5日(日) 関口不動尊例大祭(虎舞)
- 7日(火) 地域ふれあい七夕会
- 8日(水) 地域連携避難訓練
- 10日(金) お茶会
- 12日(日) 保護者会側溝上げ清掃
- 14日(火) 園内研修
- 16日(金) 誕生会
- 18日(土) 地域ふれあい夏まつり
- 28日(火) 職員会議

## 8月の行事予定

- 5日(水) 避難訓練
- 18日(火) 園内研修
- 21日(金) 誕生会
- 25日(火) 職員会議
- 29日(土) 4・5歳児保育参観  
家庭教育学級

