



すくすくげんき通信

明野しいのみ保育園 令和5年2月28日発行



卒園まで、残りわずかとなりました。もうすぐ1年生。子どもたちは「小学生になる！」というわくわく感でいっぱいようです。でも、周囲の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。なんとなくこれまでと様子がちがうな一と感じたら、ゆっくり話を聞いてプレッシャーを取りのぞいて、4月からの新しいスタートに向けて楽しい気持ちがふくらむような話をたくさんしてあげてください。

胸をいっばいに膨らませて元気な1年生に！！

●朝ごはんをしっかり食べましょう

ゆっくり寝かせてあげたいという気持ちもありますが、朝ごはんは1日の元気の源。少し早めに起きて食べる習慣をつけておきましょう。



●早寝早起きの習慣を

学校に行く前に、スッキリ起きられるようにまずは、テレビを消す時間を決めたり、夕食を早めに済ますなど、落ち着いて眠ることができる環境をつくってください



●予防接種や検診等を済ませておきましょう

MR(麻疹・風疹の混合ワクチン)など・・・

MRは(第2期)小学校就学前1年間(ひまわり組の園児)接種の対象になっています。体調の良いときに忘れずに接種しましょう。歯科検診などの必要があった方は痛みが生じる前に治療を行いましょう。体調を万全に！！

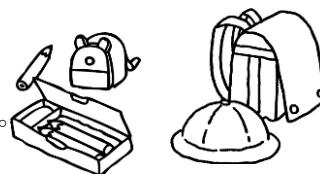
●身の回りのことが出来るように

着替えなどはもちろんですが、脱いだ服をたたんだり、自分の洋服やかばんを決まった場所に片付けたりする習慣をつけておきましょう。



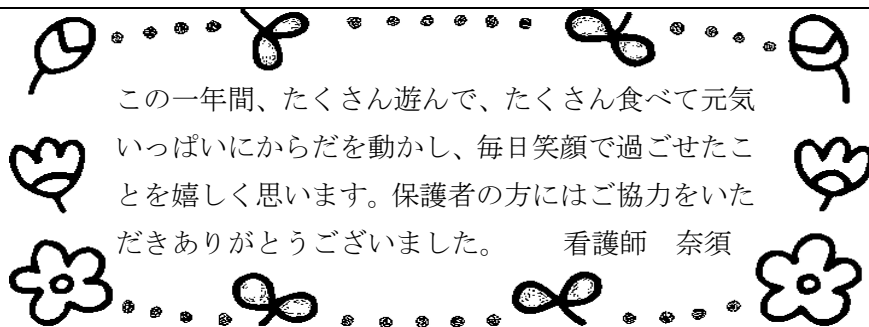
●自分のものを片づけることが出来るように

鉛筆や消しゴム、算数セットなど、なくなってしまうと困るものがいっぱい。今から自分のものは自分で片付ける習慣をつけると良いですね。



●通学路を何度か歩いてみよう

子どもと一緒に通学路を歩いてみましょう。子どもの足でどのくらい掛かるかがわかると、起床時間や送り出す時間がわかります。登下校の危険箇所を一緒に確認したり、子ども連絡所の看板や、利用できそうなトイレの場所を確認しておくことも必要です。



この一年間、たくさん遊んで、たくさん食べて元気いっぱいにからだを動かし、毎日笑顔で過ごせたことを嬉しく思います。保護者の方にはご協力をいただきありがとうございました。 看護師 奈須