



1月すくすく

令和6年1月9日
尾道市立高須幼稚園



**あけましておめでとうございます
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます**



新しい年が明け、3学期がスタートしました。園では、新年の挨拶とともに、にぎやかな子供たちの声と笑顔に包まれています。とても短く感じられる3学期ですが、一日一日が楽しく、そして充実した日々となるよう過ごしていきたいと思ひます。

今月は、日本の伝統的な遊びを取り入れ、かるたやすごろく、こま回しなどの正月遊び(伝承遊び)を楽しんだり、寒さに負けない体づくりのために縄跳びや集団遊びなどをしたりして、元気に過ごしたいと思ひています。

寒さが厳しく、体調を崩しやすい季節です。規則正しい生活を心がけ、生活リズムを整えましょう。

1月保育目標



- 5歳児**
- 友達と競い合ったり教え合ったりしながら、自分なりの目標に向かって繰り返し挑戦し、取り組んでいく面白さを感じる。
 - 冬の自然事象の不思議さに気付き、調べたり考えたりする。
 - 友達と協力し、互いのよさに気付きながら遊びや生活を進めていく充実感を味わう。

免疫力をアップして、冬の生活を元気に過ごそう

よく食べ、適度に運動し、しっかり眠って、免疫力アップ!

質のよい睡眠

よく眠ることによって成長ホルモンが分泌されます。体の成長だけでなく、傷ついた細胞を修復したり代謝を高めたりするなど免疫力アップに欠かせません。体のリズムや睡眠環境を整えましょう。



体を温かく保つ

体温が1℃下がると免疫力も大きく下がることがわかっています。外出時にはマフラーや手袋など、体温を下げないような衣服の工夫をしましょう。また、運動することで血液の循環がよくなり、新陳代謝がアップし、免疫力も向上します。



バランスのよい食事

一日3食、バランスよく食べましょう。腸内環境を整え、免疫力を高めるためには、乳酸菌や発酵食品、食物繊維などを積極的に摂ることが大切です。



1月行事予定

日	曜	園行事	日	曜	園行事
1	月	元日 冬季休業	16	火	
2	火		17	水	身体測定
3	水		18	木	
4	木	安全点検	19	金	
5	金		20	土	
6	土	尾道市役所へ作品展示	21	日	
7	日		22	月	絵本返却日 2月預かり保育申込締切日
8	月	成人の日	23	火	
9	火	3学期始業式・給食開始 預かり保育開始	24	水	
			25	木	祖父母参観日
10	水	移動図書	26	金	
11	木	交通安全教室	27	土	
12	金		28	日	
13	土		29	月	キッズサッカー
14	日		30	火	
15	月	絵本貸し出し日	31	水	

2月行事予定 2日(金)豆まき 9日(金)移動図書 15日(木)参観日 20日(火)入園説明会
21日(水)誕生会 26日(月)学校関係者評価委員会

詳細は後日お知らせします。



《お知らせ・お願ひ》



◎ 持ってくる物について

すくすく冬休み号でもお知らせしていましたが、こま・なわとび・雑巾2枚・着替えを持ってきました。

◎ 朝のスタートを元気に!

規則正しい生活のためには朝の始まりが大切です。寒さが厳しい季節ですが、早起きから始め、生活リズムを整えましょう。8時30分~9時までに登園しましょう。9時を過ぎる時には、危機管理等のため遅くなることの連絡をお願いします。

正月遊び~伝承遊び~



昔から受け継がれてきた伝承遊びには、こま回し・かるた・すごろく・けん玉・あやとり・凧揚げなどがあります。伝承遊びを通して、集中力や瞬発力、根気などが育つといわれています。また、文字や数字・図形への興味も育まれます。

幼稚園では、楽しく遊ぶ中で育つ学びを小学校へ向かう基礎となる力と捉え、大切にしています。できないことへもあきらめず、繰り返し取り組もうとする姿を認めていきたいと思ひています。家庭でも一緒に楽しんでみてください。

