

令和5年度 2月の えんだより

南大嶺保育園

寒いと背中を丸めてしまいがちですが、姿勢が悪くなることで、心臓や胃、腸などが活発に働かなくなります。また、背骨や支える筋肉が発達する大切な時期です。家族みんなで背筋をぴんと伸ばすことを意識してみてください。大人も気持ちがよくなりますよ！



今月の行事予定

- 1日(木) 安全点検
- 2日(金) 体験入学 (大嶺小)
- 5日(月) 身体測定w ~9日(金)
- 6日(火) サッカー教室 10:00~
- 8日(木) O. 1歳児参観日
- 9日(金) 交通安全指導日
- 11日(日) 建国記念日
- 12日(月) 振替休日
- 14日(水) ガッツ体育教室 10:00~
- 20日(火) 食育の日
- 22日(木) 避難訓練
- 23日(金) 天皇誕生日
- 27日(火) 英語教室 誕生日会
卒園写真 13:00~



おたんじょうび おめでとう

- 【つきぐみ】 ○さい
○○○ ○○○○さん○○日
○○○ ○○さん ○○日
- 【ゆきぐみ】 ○さい
○○○ ○○○さん ○日
- 【はなぐみ】 ○さい
○○○ ○○○さん ○○日



こどもまんなか

食べる・寝る・遊ぶということ

美祿市保育連盟では研究会を立ち上げ、子ども達の健康についての協議や資料作成を行っています。昨年の「生活リズム調査」というアンケートにご協力ありがとうございました。

健康的な生活の為に大切な神経伝達物質、**幸せホルモン**と言われているセロトニンがあります。健やかな毎日をおくる為にもセロトニンが出やすい生活を心掛けると1週間から数週間で改善が期待できるそうです。 園長 田邊

- 【参照】① 日光を浴びる
② バランスの良い食事をする
③ 規則正しい生活リズムを整える
④ 家族や友人とスキンシップやコミュニケーションをとる
⑤ 全身運動や好きな遊びに集中する。

※上記5項目は2021「マンパワー」
会報春号57号から引用

あたらしいおともだち

ふたば組：
○○ ○○○さん
よろしくお祈いします。



おしらせ おねがい

【卒園写真について】

・2月27日(火) 13:00~年長児対象に記念写真を撮ります。

【わくわくランチについて】

・3月13日(水) わくわくランチを予定していますのでお弁当をお願いします。詳細は後日別紙にてお知らせします。

