

# 1月の案だより

発行：平成28年1月  
石橋文化わくわく保育園

今年も押しせまり、年始を迎える準備がすすんでいる事と思います。保育園でも子ども達と一緒に大掃除を行いました。“ありがとう”と“これからも宜しくね”の思いを持って、自分達が毎日使っているロッカーやおもちゃを綺麗に掃除すると、「お家も掃除しないとね。」「お家のおもちゃも洗うわ」とやる気満々の子ども達です。お忙しいとは思いますが、是非子ども達にも年始を迎える準備のお手伝いさせてあげてください。その時に、親子で色々な話に花を咲かせ、年末の大切なひと時を過ごされてはいかがでしょうか。  
生活リズムの中でもとても大切な午睡の時間の子ども達の様子をお伝えしたいと思います。



う た：コンクシャンのうた  
まめまき

リミック：おたまじゃくし



1月

## あひる組

眠たくなったら泣いて教えてくれるあひる組の子ども達。体調や前日の睡眠時間によって、早く眠たくなる時もありますが、今ではほぼ毎日同じ時間に午睡が出来る様になってきました。先生に抱かれたり、耳を触ってもらったり、頭を撫でてもらったり、トントンしてもらったりとそれぞれの子によって、入眠しやすい方法があり、援助してもらおうと、とっても気持ち良さそうに目を閉じていく子ども達。保育士に心を許し、安心して眠りにつく様子を見ていると嬉しい気持ちで一杯です。

## ひつじ組

「そろそろお昼寝の時間。ベッドへ行こうね。」と保育士から声を掛けられると、自分のベッドを探し、寝転ぶひつじ組の子ども達。保育士にバスタオルを掛けてもらおうと嬉しそうに笑い、トントンしてもらいうちに気持ちよさそうに入眠していくのです。最初は泣いてベッドに行こうとしなかったり、抱っこでしか眠れなかったり、少しの物音で起きてしまったりの子ども達でしたが、安定して眠れるようになりました。今ではベッドに寝転ぶとお隣のお友達と笑ったり、おしゃべりしたりと入眠前の楽しみも増えているようです。

給食を食べ終わると、トイレで排泄を済まし、シャツをズボンの中に入れて、ベッドへ向かい、バスタオルを綺麗に敷いて、バスタオルを体につけ、入眠していく、という一連の流れがすっかり身につけている子ども達。少しずつ体力もついてきて、入眠に時間がかかる子どもも少なくありません。また、「夜の就寝時間が遅くなってきて…」と言う保護者の方からの声も聞き、少しずつ午睡時間を減らして調整していきたいと思っています。1月からは1時間～1時間半、2月中旬からは1時間前後の睡眠時間に調整していきたいと考えています。体力や必要な睡眠時間には個人差もあると思いますので、いつでもご相談ください。

## ま組

## 1月の行事予定表

- 1日(金)～3日(日) 年始休み
- 7日(木) 1月生まれの誕生会
- 12日(火) 製作『鬼』くま①
- 13日(水) ↓ ひつじ①
- 14日(木) ↓ あひる①
- 15日(金) 避難訓練
- 18日(月) 製作『鬼』くま②
- 19日(火) ↓ ひつじ②
- 20日(水) ↓ あひる②
- 28日(木) 身体測定
- 29日(金) 出席ブック預かり日

## ☆お願い☆

- ☆最終日にカラー帽子、スモック、戸外遊び用の上着を持ち帰ります。洗濯をして、また年始に必ずお持ちください。尚、戸外遊び用の上着は風邪を通しにくい少し厚手の物をご用意ください。但し、厚手すぎると戸外遊びで身体を動かしくくなりますので、ご注意ください。
- ☆くま組の子ども達は上靴を一度持ち帰りますので、1月8日(金)までにお持ちください。

30日から、年末年始休みになります。以下の事に気を付けて、楽しい年末年始を過ごしましょうね。

- ★しらないひとには、ついていけないようにしましょう。
- ★おそとであそぶときは、おうちのひとといっしょにあそびましょう。
- ★「あけましておめでとうございます」のあいさつをしましょう。
- ★でかけるときは、おうちのひととてをつなぎましょう。
- ★はやね・はやおきをしましょう。
- ★そとからかえったとき、しょくじのまえにはてあらい・うがいをしましょう。

良いお年を  
お迎えください

