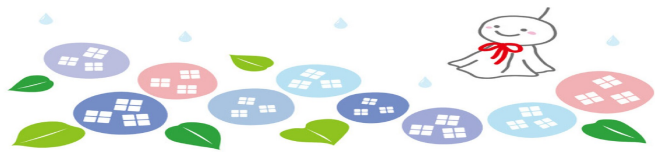


園だより



生活リズムと情緒の安定

十分な睡眠や規則正しい生活は、子どもの情緒の安定に大きく関わります。生活リズムが整うことで、体や心の調子が整いやすくなり、安心して心地よく過ごせる時間が増えていきます。一方で、なかなか寝つけなかったり、夜中に目が覚めてしまったりすることで、ご家族が睡眠不足に悩まれることもあります。

睡眠リズムを整えるためには、毎朝同じ時間に起きて朝日を浴びることや、日中に体を動かして過ごすことが効果的です。また、毎日決まった時間に登園し、友だちや先生と活動することも生活リズムを整える助けとなります。日中にさまざまな経験を重ねることで、夜の自然な眠りにもつながります。就寝前はテレビやタブレットなどの強い光を控え、落ち着いて過ごせる環境を作ることも大切です。

子どもの生活リズムは、ご家庭での起床や食事、登園などの毎日の積み重ねによって作られていきます。そうした習慣は、お子さんの安心感や情緒の安定につながる大切な土台となります。

睡眠に関する困りごとは、ご家庭によってさまざまです。夜間の対応が続くと、ご家族も疲れがたまりやすくなります。お子さんの睡眠を整えることと同じように、ご家族ご自身の休息も大切です。短時間でも体を休めながら、無理のない範囲で取り組んでいきましょう。気になることがありましたら、お気軽に職員へご相談ください。ご家庭に合った方法を一緒に考えていきましょう。

誕生会ほしくみ

ほしくみのお誕生会では一人の主役のお友達に対し、皆でお祝いをしました。主役の子の前に出てきてもらい、ケーキのおもちゃにろうそくを立てて火をつけフッと消したり、お祝いのカードを渡したりしました。お楽しみとして『おおきなかぶ』の絵本を読み聞かせしました。主役の子もお誕生日をお祝いしている子も皆楽しそうにしてくれてとても良い時間になりました。



誕生会にじくみ

6月15日にお誕生会を行ないました。はじめにお誕生月のお友だちに向けて、みんなでお歌と「お誕生日おめでとう！」の言葉を贈りました。お楽しみ活動では、お部屋を暗くしてプラネタリウムを楽しみました。天井や壁に映る光に興味を持って見上げる子どもたち。まったりと落ち着いた雰囲気の中で素敵な時間を過ごしました！

放課後デイサービス説明会を終えて

5/26に対象の保護者8名が参加し、説明会を開催しました。市内の施設概要や利用方法、現在の空き状況、見学の進め方などを中心にお話しし、皆様大変熱心に耳を傾けてくださいました。就学に向けて、今回お伝えした適切な情報をもとに、安心して準備を進めていただければ幸いです。

内科健診

6/10に桜台こどもクリニックの有賀先生による内科健診がありました。事前にクラスで練習を重ねていたこともあり、白衣姿の先生を前にしても、子どもたちは緊張しながらも落ち着いて受診することができました。来月の歯科健診では口を開けるのが苦手なお子さんもありますが、また一つ成長する姿を見られることを楽しみにしています。

職員研修

今回は「虐待防止」をテーマに研修を実施しました。虐待の定義や種類について理解を深めるとともに、日頃の支援を振り返り、支援の中で感じる困り感や気になる場面について話し合いました。「虐待につながるかもしれない」「気になる」と感じた際には、一人で判断せず相談・共有することの大切さを再確認しました。また、小さな気づきを見逃さず、チームで支援を振り返ることが、利用者の安心・安全につながることを改めて学びました。

7月の予定

6日(月)	誕生会(ほしくみ)
7日(火)	歯科検診
9日(木)	誕生会(にじくみ)
10日(金)	避難訓練
13日(月)	身体測定(つきぐみ)
14日(火)	身体測定(ほしくみ)
17日(金)	身体測定(にじくみ)
24日(金)	夏祭り
31日(金)	引き渡し訓練・帰りのバス送迎なし

にし12:50 ほし13:00 つき13:10



7月の歌

たなばた ♪
きらきら星 ♪



おしらせ

- 7月上旬から水遊びが始まります。水遊びの日には濡れてもよい服装の準備をお願いします。詳細は課題表とマチコミをご確認下さい。
- 夏祭りについて。7月24日に夏祭りを行ないます。詳細は後日配布する夏祭りの案内をご確認下さい。
- 夏休みについて。8月10日(月)～8月14日(金)は休園となります。

