つなごちゃんだより

2019年
4月号

〒177-0045練馬区石神井台3丁目31番4号　小規模保育園手をつなご石神井台
TEL　03(6767)1204

ご入園、ご進級おめでとうございます。
今年は0歳児クラス3名、1歳児クラス2名、2歳児クラス3名の新しい友だちを迎え、16名の園児で新年度がはじまりました。職員一同、子ども達一人ひとりの気持ちをしっかり受け止め、応えていく丁寧な保育をめざしています。
また遊びたくなるような環境作りを創意工夫しながら行っていきたいと思っています。
本年もどうぞよろしくお願い致します。

園長　後藤　律子

4月の予定

1日　入園式
17日　身体計測
23日　避難訓練

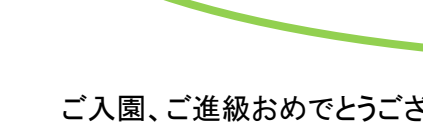
4月うまれのお友達

3歳
24日　よしみえりかちゃん

好きな手あそび

『キャベツの中から』

♪きゃべつの　なかから
あおむしでたよ　にょきにょき
おとうさん　あおむし♪



職員の紹介

園　長　後藤　律子

★0歳児担任(ひよこぐみ)★
岡　千並

★1歳児担任(りすぐみ)★
根津　加代子(主任)

★2歳児担任(うさぎぐみ)★
網野　美彩惠
菅原　純子

★★★　非常勤保育士＆保育補助　★★★

石澤　雪子	阿部　円	西田　典子	
杉本　綾	鈴木　世津子	清家　元子	
久保　恭子	塚田　久美	住吉　宏枝	

★★　栄養士　★★
佐藤　真由美
関口　香津世

★生活リズムについて★

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活はリズムを見直すチャンスです。
夜は早く布団に入って体を休めましょう。眠りは日中の疲れを癒し、成長ホルモンを分泌させ、脳や体の発達を促します。生活にメリハリをつけると、『日中は起きて、夜は眠る』睡眠リズムが整ってきます。

①まずは、早起きから。
　遅く寝ても翌日はいつもと同じ時間に起こしましょう。
②日中にしっかり遊ぶ。
　体を動かして沢山遊ぶと、心地よい疲れが眠りを誘います。
③午睡は15時までに。
　いつまでも眠ると夜の睡眠に響きます。
④入眠前の習慣づけを。
　毎晩、眠る前に『おやすみの習慣』をつけると良いですね。絵本を読む、布団に入ってぎゅっと抱きしめるなどをすると、眠りやすくなります。

≪　今月のねらい　≫

★0歳児ひよこぐみ★

・新しい環境や保育者に慣れ、安心して過ごす。
・生理的欲求が十分に満たされ心地良く過ごせるようにする。

★1歳児りすぐみ★

・ゆったりとした雰囲気の中、新しい環境や保育者に慣れ安心して過ごす。
・自分の好きな玩具を見つけて保育者と一緒に楽しむ。

★2歳児うさぎぐみ★

・新しい環境や保育者に慣れ、安心して過ごせるようにする。（新入園児）
・進級した喜びを感じ、安心して生活できるようにする。（進級園児）
・散歩に出かけ、春の草花や虫をみつけて楽しむ。