



# さくらぐみだより

令和8年1月5日発行 宮野河内保育園

新年あけましておめでとうございます!!

今年も子ども達の楽しい声が聞こえるように、笑顔いっぱい頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

吹き抜ける風がますます冷たくなり、冬本番を迎えていますが、寒い時期だからこそできることを楽しみたいですね。



## 行事予定

- 13日(火) 交通安全指導
- 23日(金) 避難訓練
- 28日(水) お弁当の日



## 生活リズムをチェック

- 早寝早起きをしていますか?
- 朝ごはんを食べていますか?
- 歯磨き・顔洗いをしていますか?
- うんちをしていますか?
- 自分で身支度をしていますか?

## ☆1月の活動予定☆

1	木	正月休み	17	土	自由遊び
2	金	正月休み	19	月	折り紙・ぬり絵
3	土	正月休み	20	火	園庭遊び
5	月	園庭遊び	21	水	はさみ遊び
6	火	製作活動	22	木	カード遊び
7	水	お正月遊び	23	金	避難訓練
8	木	たこ製作	24	土	自由遊び
9	金	たこ揚げ	26	月	身体測定・園庭遊び
10	土	自由遊び	27	火	製作活動
12	月	成人の日	28	水	お散歩(お弁当の日)
13	火	交通安全指導	29	木	お絵描き(お話を聞いて)
14	水	お散歩	30	金	ストライダー
15	木	お正月遊び	31	土	自由遊び
16	金	せんの練習	※予定と異なる場合もあります。		

## 《おねがい》

- ☆毎日必ず着替えと黄色帽子を持たせてください。
- ☆安全面・衛生面のため、爪は必ず週一回チェックを行い、伸びていたら切ってください。
- ☆お迎えの時間が遅くなる場合は必ず連絡をお願い致します。予定より20分程過ぎた場合は、保育園から連絡させていただきます。
- ☆お布団の日光消毒、シーツのお洗濯をお願い致します。  
お布団持ち帰り日…24日(土)
- ☆上履き持ち帰り日…17日(土)・31日(土)
- ☆31日(土)は午前中保育となります。

## ぐっすり眠ろう

夜遅く寝たり寝つきが悪かったりして睡眠不足になると、朝もすっきり起きることができなくなります。ぐっすり眠るためには、トイレを済ませる、決まった時間に寝る、室内を暗くする、テレビを消し静かにする、布団やパジャマを清潔にするなどがあります。できることからやっていきましょう。

