

すずらんだより

2023年3月 すずらん保育園

卒園や進級が近づくにつれ、子どもたちの成長をお祝いしてくれているかのように、桜のつぼみが膨らみ始めています。

進級・入学を心待ちにしている子どもたち♡ 一つお兄さん・お姉さんになる喜びをそれぞれに感じているようです。みんなで残りの日々を思い切り楽しみ、思い出をたくさん作っていきたいと思います(*^^*)♪

3月の行事予定

1日(水) 身体測定 避難訓練

3日(金) お誕生日会

10日(金) 卒園遠足(5歳児)

17日(金) お別れ会&バイキング

24日(金) 卒園式



1年間を振り返って

早寝・早起きしていますか？ 朝食は食べていますか？ 朝のうちに排便を済ませていますか？ 昼間は戸外で体を動かしていますか？ 朝日を感じることで体内時計はリセットできます。朝ごはんを食べると脳も体も元気になり、胃腸が動き出して便意を催し、昼間の運動が心地良い夜の眠りへとつながります。規則正しい生活を送ることを心がけましょう。



花粉症チェック

花粉症で悩む人が多くなっています。『自分の子どもは大丈夫!』と思っていませんか？

下の表でチェックしてみましょう。

- 風邪のような症状が長引いている
- さらさらした鼻水が出る
- ひどい鼻づまり
- くしゃみが続けて出る
- 毎年同じ時期に同じ症状が出る
- 家族にアレルギー体質の人がいる

1つでもあてはまるものがあれば、一度お医者さんに相談してみましょう。



乳児クラス

- ・そうさん
- ・おなかのへるうた
- ・おはながわらった

今月の歌



幼児クラス

- ・にじのむこうに
- ・みんなともだち
- ・手をたたきましょう