



# ぶれいだより



## 新春のお慶びを申し上げます

お正月はいかがお過ごしでしょうか？昨年末は園児だけでなく保育士も新型コロナに罹患し保育に支障が生じたことで、ご家族の皆様方には多大なるご協力をいただき、誠にありがとうございました。急な家庭保育の依頼にも快く調整いただき、また温かいお言葉をかけていただきましたこと、心より感謝申し上げます。おかげ様をもちまして無事、大きなケガもなく28日（仕事納め）を終えることができ、そして新たな気持ちで新年を迎えることができました。本当にありがとうございました。

さて、長いお休み明けのあとは、生活のリズムが崩れてしまう子ども出てきがちです。新年新たな気持ちでリズムを整えた生活をする事で、本年も健康な毎日を過ごしていきたいですね。

- ① 早寝早起き→就寝8時を目標に設定してみましょう！睡眠不足の子どもさんは保育中に疲れが見て取れ、特に午前中は元気がなく機嫌が悪いです。起床を6時にすると朝食も7時頃にゆっくりと食べられます。歯磨きの後に身なりを整えて登園するようにしましょう。夜になかなか寝ない場合は朝早めに起こすことから始めてみましょう。※就寝前のテレビやスマホは厳禁です！返って目が覚めてしまいます。
- ② 湯船につかる→睡眠の質を上げる、便秘の解消、免疫機能の向上など、さまざまな効果があるお風呂。お風呂は清潔と合わせて、子どもの身体の状態を汲まなく見られる場でもあります。子どもにとってもお母さんと過ごせる嬉しい時間であり、触れ合いながら裸で（本音が）語り合える場でもあります。一緒にお風呂に入れるのも小学校低学年頃まで。終わりあるものと思えば、何気ないお風呂の時間も大切にしたいですね。※お風呂上りは保湿もお忘れなく！アレルギーの発症予防も期待できます。
- ③ 衣類は「脱着がしやすいもの」をお願いします。「小さくて自分で脱げません」と困り顔で訴えてくるお友達。また着脱がうまくいかずにトイレが間に合わない時もあります。練習中の子たちにとって、冬の衣類は簡単にはいきません。サイズの合っていないズボンのときは時間をかけて長い長いズボンの裾から懸命に足を出そうとしています。いっこうに出てくる兆しがありません。新しいものは大き過ぎないもの（肌に優しい素材、薄手の動きやすいもの）を、1年前のものは自分で脱ぎ着できるかをご家庭で確認するなどしてあげてください。※記名の確認も忘れずに！

新しい一年が、お子様たち、そして保護者の皆様にとっても笑顔であふれる1年になりますようお祈り申し上げます。また本年もより感染対策に力を入れ、引き続き子ども達の体調管理に十分配慮したいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

### 今月の行事予定

- ・ 4日 お弁当の日
- ・ 6日 交通安全教室
- ・ 第2週め 鬼火焚き
- ・ 20日 身体測定
- ・ 26日 お誕生日会
- ・ 第4週め 総合避難訓練

登園初日の  
1月4日は  
お弁当の日  
です！

### 1月のうた

- ♪たこ
- ♪ゆきのペンキ屋さん
- ♪雪のこぼりず など・・・



1月の第2週目のお天気の良い日に予定している「鬼火焚き」は、門松やしめ縄など正月飾りを燃やした火にあたり一年の無病息災を祈念します。青竹が破裂するとみんなで「鬼の骨ー！」と叫びます。※ご家庭のお飾りも可能ならぜひ持ってきて下さいね。

「おんのほね」とは、源頼光が鬼退治で鬼の腕骨を焼いたという故事にちなんで竹が割れる音を骨が弾ける音に擬えて鬼が天に昇ることで「今年がいい年になりますように」という願いを込めたそうです。

またみんなで書いた書初めを火に入れます。その紙や灰が高く舞い上がると書道が上達すると言われています。



### <今月の目標>

- \*生活リズムを整えながら、寒い中でも元気に過ごす。
- \*季節の行事や遊びに興味を持ち、歌や製作などを楽しむ。

お知らせ R4.10/1~12/31 の苦情件数は1件