



# ひまわりだより

認定こども園 根岸保育園  
 園長 杉本 紀之  
 TEL 0178-28-2116  
 FAX 0178-29-3408  
 HP <http://www.negishihoikuen.jp>  
 担当 沖澤 千夏

5月 No.640



新年度が始まり一ヶ月が経ちました。生活の流れも覚えてきて子ども達の元気な声が園内に響いてきました。暖かい日も増え、春らしい季節となり戸外で体を動かして遊んでいますよ。制作活動を行ったり、運動会に向けた練習も始まりより一層活動量も増えていきます。楽しんで行えるよう保育してまいります。

5月には大型連休もありますので事故や怪我のないよう楽しんでお過ごしください。早寝早起きを心掛けながらご家族でゆっくり過ごし連休明け元気な子ども達に会えることを楽しみにしております。

## 5月の行事予定

1日(金)	ミニ運動会
2日(土)	お弁当デー
8日(金)	スイミング①(ばら組・さくら組) お布団持ち帰り
12日(火)	英語①(さくら組)
13日(水)	サッカー教室(さくら組:ヴァンラーレ) 体操教室(ばら組)
14日(木)	春の遠足
15日(金)	スイミング②(ばら組・さくら組)
18日(月)	サッカー練習試合(さくら組)
19日(火)	サッカー練習試合(さくら組)
20日(水)	サッカー教室(さくら組:ヴァンラーレ) 体操教室(ばら組)
21日(木)	お誕生会
22日(金)	スイミング③(ばら組・さくら組) お布団持ち帰り
26日(火)	英語②(さくら組)
28日(木)	運動会総練習
29日(金)	スイミング④(ばら組・さくら組)

## 6月の行事予定

6日(土)	運動会(下長ドーム)
10日(水)	サッカー大会(さくら組) プライフーズスタジアム
11日(木)	サッカー大会雨天時

### 生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

- 早寝早起きを意識して**  
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。
- 朝ごはんを食べよう!**  
朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。
- うんちは済んだかな?**  
朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はおんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

### 保育の様子

サッカー頑張ると

初めての体操教室

給食美味しいね♡

イスに座って食べるよ

お外気持ちいい~

