



社会福祉法人清和福祉会子育てサポートセンター

# 陽だまり&にこにこ通信

2025年 1月

陽だまり(きりしま保育園)

☎075-955-5480

にこにこ(こうたい保育園)

☎075-950-1520



**新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。**



2025年が始まりました。年末年始はいかがお過ごしでしたか?ご家族やご親戚の方々と楽しい時間を過ごされたことと思います。

これからの時季は本格的な寒さが訪れ、インフルエンザなどの感染症にも注意が必要です。年末年始で崩れた生活リズムを少しずつ整えながら健康に過ごせるように留意していきたいですね。

今年度の子育てサポート事業も残り僅かとなりましたが、今年も皆さんの元気な姿や笑顔にたくさん出会えることを、陽だまり・にこにこともに楽しみにしています。

## ★1月の予定★

	陽だまり(きりしま保育園)	にこにこ(こうたい保育園)
園庭開放	16日(木)	22日(水)
一時預かり	24日(金)	18日(土)

### 日程変更のお知らせ

3/14(金)陽だまりの一時預かりは 3/10(月) になります。

※園庭開放は10時00分~11時00分、1日10組の事前申し込み制です。空きがある場合は当日も受け付けております。1月の陽だまりは風作り、にこにこは天候により園庭または室内遊びの予定です。

※一時預かりは事前申し込み(実施日1ヶ月前~1週間前まで)が必要です。各園にお問い合わせください。

※各園、園見学を受け付けています。日時等は各園にお電話でご確認ください。



**陽だまり(きりしま保育園)「親子ヨガ」、**

**にこにこ(こうたい保育園)「にこにこサロン」の予定**



「親子ヨガ」、「にこにこサロン」ともにあと1回となりました。皆さんのお越しをお待ちしております。

	陽だまり「親子ヨガ」	にこにこ「にこにこサロン」
開催日	2/6(木)	1/11(土)
対象者	生後3ヶ月~1歳3ヶ月までの親子	0~5歳児までの保護者(お子様連れも可)
定員	12組	5組
受付期間	実施日1ヶ月前~当日まで	実施日2ヶ月~2週間前まで
その他	講師:藤井 雅子氏・参加費無料・飲み物持参・動きやすい服装でお越しください	在園の方も参加可能・飲み物持参



## 整えよう!生活リズム



生活リズムが整うと健康に過ごせ、情緒の安定にも繋がると耳にすることも多いと思います。でも簡単なようではなかなか難しいですね。ポイントは「睡眠」「食事」「遊び」の3つです。夜寝るのが遅くなったときでも朝はいつも通りに起こしたり、毎日ある程度ルーティンを作り、それを積み重ねていくことが大切です。見通しの持てる声かけもポイントです。繰り返していくうちに言葉と行動が結びついていきます。リズムがつくまでは大変かもしれませんが、根気よく続けてみてくださいね。

## ★12月 各園の様子★

陽だまりでは3回目となる親子ヨガやペットボトルを使った楽器作りに寒い中、たくさんの方に参加していただきました。作ったマラカスは♪あわてんぼうのサンタクロース♪に合わせて鳴らして楽しみました。にこにこでは、園庭遊びや在園児の0・1歳児と一緒にミニクリスマス会を楽しみました。保育士による出し物を見たり、クリスマスツリーに飾り付けをしました。