



2025年1月
第58号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

高木保育園 今町保育園 天竜保育園 梅北保育園

新年あけましておめでとうございます

旧年中は地域の皆様にご大変お世話になりました。今年もどうぞよろしくお願いたします。

お正月のにぎやかな雰囲気も落ち着き、少し疲れが出てきていませんか？この時期はインフルエンザも流行ってきています。今後もマスク着用や手洗い・うがい等の予防対策を継続していきましょう。

今回は、お手玉遊び、朝ごはんの大切さ及び冬の肌荒れ対策に関する情報をお知らせします。

★ ★ ★
お手玉を投げて倒すのが楽しい
★ ★ ★
1,2の3でポーン ★ ★ ★

(ねらい)
自分がしたことによって物が動き、達成感を味わう
(遊び方)
前に1.5ℓの空のペットボトルを置きます。
「1,2の3、ポーン」と言ってお手玉を投げ、
ペットボトルを倒します。
※お手玉の代わりに新聞紙を丸めて作ったボール
や市販の柔らかいボールでもいいです。

ポーン
あいつ
倒れたー!

投げて届く位置から始めましょう。
投げるのが難しい年齢の場合は、保護者が投げて
倒れる様子を子どもに見せます。

生活のリズムの乱れは、
朝ごはんを取り戻す！

年末年始のお休みをゆっくり楽しんだことと思います。ただ、長期のお休みで気になるのが生活リズムです。遅寝遅起き、食事時間もバラバラになってしまっていないですか。

乱れてしまった生活リズムは食生活から戻しましょう。決まった時間に起きて、しっかりと朝ごはんを食べると一日のスタートが整います

冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。保育園でも、カサカサ、カユカユの子どもさんが多く見られます。特に、子どもさんは肌のバリア機能が未発達のため、荒れやすいのです。日々のケアを心がけて、デリケートな肌を守りましょう。

外あそびや手洗いのあと、
保湿クリームを塗る



冬の寒風に地肌を
さらさない



(長そで・長スボンの着用)

※お風呂あがり5分以内に保湿剤を塗る



これは意外に効果が高いので、
ぜひお試しください！！

天竜保育園からのお知らせ

新年を迎え、園児さんたちは、正月遊びやマラソンなど元気いっぱい楽しんでます。

2月の予定

12日(水) 園開放 9:30~11:30

「ままごと遊び」を予定しています。

育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)

相談先: 天竜保育園 23-1301

