



1月のほいくしょだよ!

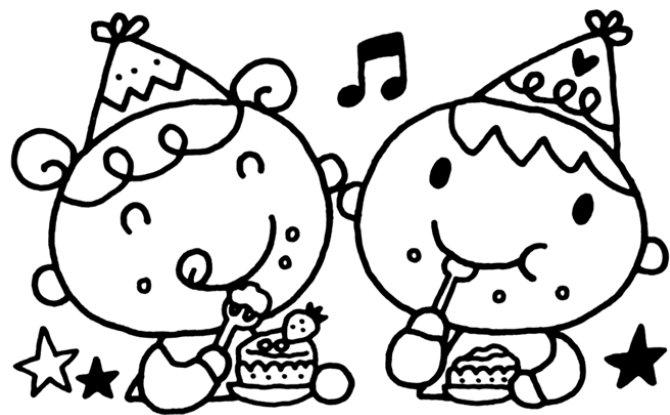


令和4年1月4日 宇治田原町立保育所

あけましておめでとうございます。お正月はいかがでしたか。普段とは違った雰囲気、子どもたちも楽しい経験ができたことでしょうか。保育所にもにぎやかな日常が戻ってきました。これからも、子どもたち一人ひとりの個性を大切にしながら、人と人の温かい関わりの中で成長を育んでいきたいと思ひます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

保育目標

- 0歳…保育者に見守られる中で、安心して遊ぶことを楽しむ。
- 1歳…保育者や友達と一緒に歌ったり、体を動かしたりして十分に遊ぶ。
- 2歳…保育者や友達と一緒に、冬の自然に気づき、遊ぶことを楽しむ。
- 3歳…正月の伝承遊びや行事の由来を知り、保育者や友達と一緒に遊ぼうとする。
- 4歳…友達と一緒に、思いを伝え合いながら遊ぶことを楽しむ。
- 5歳…自分で決めた目当てに向かって繰り返し挑戦し、できるようになった喜びを感じる。



1月の行事予定

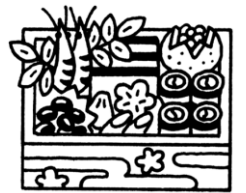
- 7日(金) 避難訓練(地震) 防犯訓練
- 11日(火) わらべうた(年中)
- 14日(金) 体育教室(年長)
- 19日(水) 誕生会
- 21日(金) 4歳児保育参観
- 26日(水) 奥朗子先生によるわらべうた(年長)
- 28日(金) 体育教室(年長)



- *子育てで悩んでおられることがあれば、いつでも保育士に相談してください。
- *臨床心理士による子育て相談日 1月17日(月) 13:00~15:00
- ※予約が必要です。

~正月~

日本の文化では、一年間、家を守ってくださる「歳神様」を迎えるため、目印に門松を飾ったり、神様が来られる神聖な場所に悪いものが入らないよう、しめ飾りを飾ったりしてきました。一年の節日で最も大切な正月にふるまわれるおせち料理は、歳神様へのお供え物。食材には、それぞれ縁起のいい意味やいわれがあり、願ひを込めて作られます。



腹式呼吸でリラックス

日々の生活でストレスを感じると、自然と呼吸は浅くなってしまいます。そんなときは「腹式呼吸」でリラックス。まずは腹がへこむように、ゆっくりと息を吐き切ります。そして、鼻から息を吸い腹を膨らませ、そのまま2秒ほど息を止めます。最後に、吸ったときの倍の時間をかけて口から息を吐きましょう。

脳の発達とふれあい遊び

子どもの脳は1~3歳頃まで急激に発達します。色々な物を見たり、音を聞いたり、体を動かしたりと、五感を通した刺激を受けて、ぐんぐん発達していきます。肌に触れたり話しかけたりしながら親子で楽しく触れ合うことで多くのことを吸収していきます。

