



本格的な冬の訪れを感じる季節となりましたが、園庭には子どもたちの弾むような笑顔があふれています。寒さに負けず元気に走り回る姿に、私たち大人のほうが励まされる毎日です。

先日の運動会を経て、子どもたちの関係性にも変化が見られます。以前よりもお友だちを応援したり、作戦を相談したりと、仲間意識が確かに芽生えているようです。遊びの中で意見が食い違っても、保育士がすぐ仲裁に入るのではなく、自分たちで解決しようとする頼もしい場面も増えてきました。「自分たちで考え、工夫する」楽しさを味わっている姿に、確かな成長を感じています。

さて、12月 子どもたちが楽しみにしているクリスマスやお正月が待っています。園でも季節の歌を口ずさみ楽しげな声が響いていますが、一方で、空気も乾燥し感染症が心配な時期でもあります。子どもたちが元気に年末を楽しめるよう、園でも手洗いや換気など、健康管理には十分に留意してまいります。

ご家庭でも、年末年始の準備などでお忙しいことと思います。そんな時こそ、子どもたちに簡単な「お手伝い」を頼んでみてはいかがでしょうか。洗濯物をたたむ、玄関の靴を揃えるなど、小さなことで構いません。「役に立てた!」という喜びは、子どもたちの自己肯定感を大きく育みます。

何かと慌ただしい師走ですが、保護者の皆様との対話を大切に、一日一日を丁寧に過ごしてまいります。今年最後の一ヶ月が、子どもたちにとって充実した楽しい毎日となるよう、職員一同温かく見守っていきたいと思います。今月もどうぞよろしくお願いいたします。

## SUN 太お楽しみ会・幼児の部の入場方法について

昨年度と同様に、SUN太お楽しみ会(幼児の部)のホール入場の順番を、事前抽選による整理番号順(1~75番)とさせていただきます。抽選はくじ引き方式とし、くじはお迎えの際に保護者の方に引いていただく形式となります。なお、整理番号の1~25番は「らいおん組」、30~75番は「くま組・ぱんだ組」に割り振らせていただきます。保護者の皆様にはお手数をおかけしますが、ご理解・ご協力の程よろしくお願いします。

くじ引き日 12/22(月)・・・らいおん・くま  
12/23(火)・・・ぱんだ

くじ引きの確率に順番は関係ありません(くじ引きの公平性)

※乳児の部は当日の並び順での入場となります

## 12月の予定

- 2(火) 保育参加・懇談会(ぱんだ)
- 3(水) 保育参加・懇談会(くま)
- 4(木) 保育参加・懇談会(らいおん)
- 5(金) 職員園内研修
- 8~12 身体測定
- 12(金) もちつき(幼児)
- 13(土) 大掃除
- 15(月) 避難訓練
- 16(火) 体育指導(幼児)
- 19(金) 職員会議
- 19(金) お誕生日会
- 23(火) 音楽指導(幼児)

12/29~1/3は  
年末年始休みです

## 1月の予定

- 5~9 身体測定
- 7(水) 体育指導(幼児)
- 8(木) 音楽指導(幼児)
- 9(金) 避難訓練
- 14(水) SUN太リハーサル(乳児)
- 16(金) SUN太リハーサル(幼児)
- 24(土) SUN太お楽しみ
- 28(水) 調理保育(ぱんだ)
- 30(金) お誕生日会

## 雨天時における運動会の実施方法について

運動会アンケートへのご回答、ありがとうございました。多くの温かいご意見に加え、「雨天時はスポーツセンターを使ってほしい」というご要望もいただきました。実は以前はそうようにしていたのですが、現在はスポーツセンターのルールが変わり、「雨の日だけ使うための予約」ができなくなってしまいました(予約するなら、晴れても雨でもスポーツセンターで開催することになってしまいます)。子どもたちが広いグラウンドでのびのびと体を動かす姿を見ていただきたいという思いもあり、現在は「雨なら順延」という形をとらせていただいております。お仕事の調整など大変かと存じますが、何卒ご理解いただければ幸いです。

## 意欲のある子は早寝早起き

子育て支援 ひだまり通信  
高山静子著 チャイルド社より

### 早く寝かしつけるとこんなに楽! ~小さいうちが勝負~

6歳までの子どもの理想的な就寝時間は8時。「そんなばかなー」と思うけれど、やっぱり早寝早起きの子どもには、いいことがたくさんあります。



自分ですっきりと起きる!  
自分ですっきりと起きる。「早く起きなさい」と言わなくていい。



ひとりでよく遊び機嫌がよい  
眠りが足りていると情緒も安定。親のイライラも少なくてすむ。



意欲的!  
「早くしなさい」と言わなくてすむ。



時間ができる  
夜、ゆっくりと大人の時間を楽しめる……。



病気に強い!  
ぐっすり眠ると食欲もわく。自律神経、ホルモン分泌、消化器の働きも快調!



早寝早起きの習慣がつく  
「早く寝なさい」と言わなくていい。

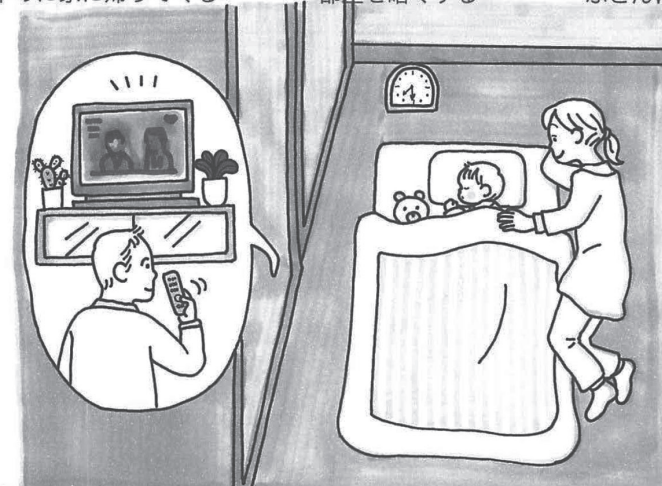
### 子どもを寝かしつけるには?

子どもに1日3回食事を食べさせるように、幼児の間は、毎日子どもを寝かしつけることが親の役割です。睡眠のリズムができあがると、次第に同じ時間に眠くなるようになります。

お父さんは  
早めに家に帰ってくる

電気を消して  
部屋を暗くする

9時までには  
ふとんに入れる



テレビなどの音は  
小さくする

背中を軽くたたいたり  
さすったりする

寝かしつける時間は  
15分から30分

寝かしつけて  
もらえない子どもは、  
毎日体の限界に挑戦!

幼児は、放っておくと体の限界まで起きています。親に寝かしつけてもらえない子どもは、脳の疲労もたまりがちです。

遊びながら  
 배터리

