

いただきます



ふじヶ丘保育園 2025. 4. 1 発行



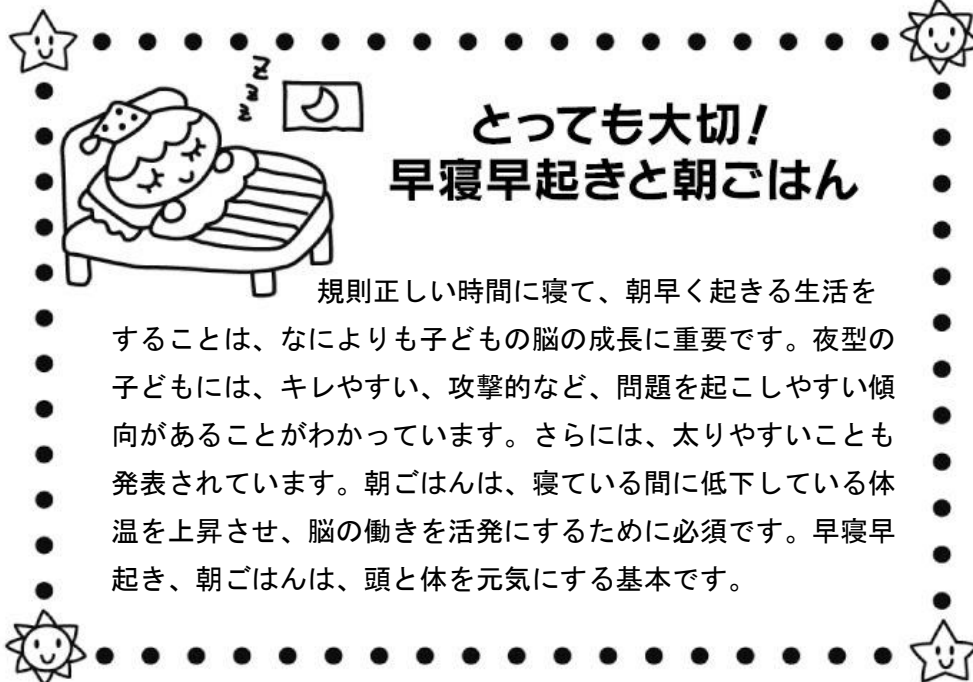
ご入園・ご進級
おめでとうございます

桜の花が満開に咲き誇り新しい1年がスタートしました。子どもたちは、新しい環境にドキドキ、ワクワクしているのではないのでしょうか。子どもたちが毎日元気に園生活を送れるようにおいしい食事作りを心がけていきます。

今年度もどうぞよろしくお願いします。

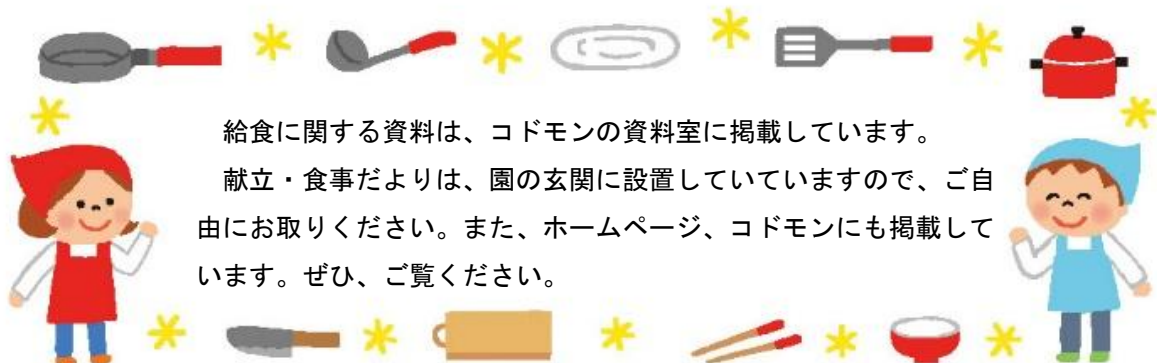
～春は生活リズムを整えるチャンス!!～

この時期は、新たな環境での生活が始まり緊張や不安から疲れがたまりやすく体調を崩しがちです。生活リズムが整うと集中力が高まる、情緒の安定に繋がるといったメリットがたくさんあります。



とっても大切! 早寝早起きと朝ごはん

規則正しい時間に寝て、朝早く起きる生活することは、なによりも子どもの脳の成長に重要です。夜型の子どもには、キレやすい、攻撃的など、問題を起こしやすい傾向があることがわかっています。さらには、太りやすいことも発表されています。朝ごはんは、寝ている間に低下している体温を上昇させ、脳の働きを活発にするために必須です。早寝早起き、朝ごはんは、頭と体を元気にする基本です。



給食に関する資料は、コドモンの資料室に掲載しています。

献立・食事だよりは、園の玄関に設置していますので、ご自由にお取りください。また、ホームページ、コドモンにも掲載しています。ぜひ、ご覧ください。