



新春のお慶びを申し上げます。

新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。



## クリスマス会



## 食育活動（4・5歳児）



年中さんが9月に種まきしたにんじんを収穫しました。  
そのまま食べてみると、とっても甘くてみんなであっという間に完食です！



年長さんが稲刈りしたお米。脱穀して、精米して、園庭にて釜で炊きました。  
玄米と白米を食べ比べながら、外で美味しくいただきました。

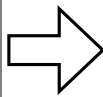


## 生活習慣を見直そう

現在

これから

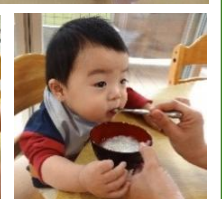
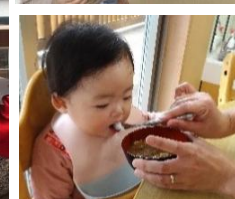
1 朝（ ）に起きる
2 朝ごはんを毎日食べる（○・△・×）
3 テレビやゲームの時間（ ）分
4 夜（ ）に寝る
5 一日平均（ ）時間寝ている



（ ）
（○・△・×）
（ ）分
（ ）
（ ）時間

新しい年へ向けて、生活習慣を見直してみませんか？1，2歳児は11～14時間（午睡も含め）、3～5歳児は10～13時間、成人は6時間以上の睡眠が理想だとされています。大人も子どもも睡眠をしっかりすることで成長ホルモンが多く分泌されます。

## 0, 1 歳児



入園してから、たくさんの初めてを経験し、成長してきました。0歳児さんは、歩けなかった子ども達も今では歩いたり、走ったりして楽しんでいます。お友だちとの関わりも少しずつ見え、「どうぞ」「おいで」など簡単な言葉も出てきました。1歳児さんは、ひとり遊びだった子どもたちもお友だちと一緒に遊ぶようになってきています。また、外遊びで斜面を登る姿は勇ましいものでした。