



べこのこだより

1月号
令和4年12月20日発行

親子ひろば『べこのこ』
浜松市中区高丘東3-54-18
葵ヶ丘保育園
Tel053-437-7952
https://aoigaokahoiku.com



毎日とても寒い日が続いていますが、こんな季節だからこそ外に出てたくさん体を動かし、丈夫な体作りをしていきたいですね。 ちよっぴり早いですが、「新年明けましておめでとうございます」2023年がスタートします。お正月といえば、日本伝統のあそびがたくさんありますね。いろいろなあそびを子ども達と楽しみながら、日本ならではのお正月をすごしましょう。 2023年もみなさんにとって素敵な1年となりますように・・・お祈り申し上げます。今年もべこのこのお部屋でいっぱいあそびましょう。

1月の予定



◎25日(水) 製作(手作りおもちゃ)

～身近にある廃材を使って
おもちゃを作ってみよ～

時間 13:30～15:00

場所 べこのこのお部屋



【遊びの広場】

べこのこのお部屋・園庭開放をしています。

(毎週 月・水・金曜日 午後1時～3時)

※1月11日(水)から開放致します。

【子育て相談】

毎週 月～金曜日午前10時～午後4時
子育てについて不安や質問はありませんか？一人でも悩まないで、何でも気軽に声を掛けて下さいね。
電話又は来園での相談にも応じます。
どうぞ、気軽にご相談下さい。



お餅つき会を見学したよ!! 磯辺餅、きなこ餅、あんころ餅、つきたてのお餅に興味津々!!



美味しかったね～(^^♪



小さくちぎったお餅を食べてみました(*´艸`)ウマウマ、モグモグ上手に食べられましたね。
みんな食欲モリモリいい食べっぷりでした!!



寒さを感じよう!!

寒い冬でも外で元気に遊びましょう。皮膚感神経を通して脳に伝わり、脳が「寒い」と判断すると汗腺を閉じて、熱が体外に逃げないようにします。
この働きは生まれた時は未熟なものです。乳幼児期に繰り返して、寒い・暑い刺激を受けると体温調整機能が発達します。



お風呂と睡眠

温かい風呂は、冬の楽しみの一つですね。しかし、湯冷めしないうちに就寝前に入浴すると、かえって寝付きにくくなる場合があります。入浴で体の芯まで温まったら、体の温度が徐々に下がっていく、1～2時間後に布団に入るのがベスト。体温が下がっていくと同時に、眠りに付きやすくなります。