

## みみちゃん通信 NO.11 岐聖大ふぞく幼稚園発行

暖かい日差しに春の訪れを感じる頃となりました。幼稚園では最後の大きな行事である生活発表会を行い、子ども達はステージの上で歌ったり、踊ったり、演じたりしながらそれぞれに成長した姿を見せてくれました。幼児期の成長は本当にめざましく、できなかったことができるようになる喜びや、ひとつのことをやり遂げた満足感や子どもの自信にもつながっていきます。

どんな小さな成長も見逃さず、共に喜び合いながら日々の生活を子ども達と有意義に過ごしていきたいものです。



### 3歳以降の肥満に注意しましょう！

乳幼児期は体重の変動が激しく、しょっちゅう増えたり減ったりしますが、あまり心配はいりません。特に1歳くらいまでの肥満は乳児肥満といって、歩けるようになって運動量が増えると、どんどん体がしまってきます。ただ、心配なのは3～6歳にかけて太ってきた場合、そのまま肥満につながりやすいので注意しましょう。

#### 食生活の見直しをしましょう

スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。

#### 意識的に体を動かしましょう

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きな遊びで楽しく体を動かすようにしていきましょう。

(学研 ほけんだより 12 か月から)



### もうすぐ幼稚園

入園まであとひと月ちょっと。初めての集団生活を迎えられるお子さんやお母さんにとっては、期待と不安があるのではないのでしょうか？もしかしたら「ママも一緒に行くの」と思っているお子さんもみえるかもしれません。「幼稚園には同じ思いのお友達やママのような先生がいてくれるから大丈夫よ」と安心させてあげましょう。また、食事、排泄、衣服の着脱など上手にできなくても「自分でやるうとする気持ち」を大切にしてください。幼稚園で使う教材や給食セット、制服や上靴などに名前やシール(目印)をお子さんと一緒につけながら入園の日を楽しみに待っていてください。

### 新年度のみみちゃんクラブのご案内

24年度のみみちゃんクラブは5月7日(月)からスタートする予定です。引き続き参加される方には、ご案内を4月末までに送付しますので、郵送希望の有無をお知らせください。また、ファイルは参加証にもなりますので、新年度も続けてお使いください。

今年度は親子クッキングやなかよしサークルなど大学と連携した活動も行い、ご好評をいただきました。新年度は秋からひとつ小さいお友達のぴこちゃんクラブも開設する予定です。今後も多くの親子さんのご参加を心からお待ちしています。一年間、至らないことも多々ありましたが、皆様のご協力に心より感謝致します。メール会員募集中...新年度からメールでのご案内も行っていきますので、ご希望の方はアドレスを登録させていただきます。詳細はスタッフまでお尋ねください。

