

写真で見る2月の様子

こどもホリデー通信 令和6年3月号

2月壁面装飾

鬼のお面

節分ぬり絵(絵の具)

調理(チョコ菓子)

外遊び



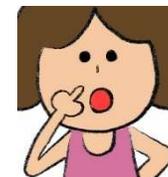
雪遊び

スライム作り 給食(焼鳥・ビーフ)



<今月のほっこりエピソード>

これはだれ?



- Cさん 「これは?」(友達を指さし名前を質問)
 A先生 「〇〇さんよ」
 Cさん 「これは?」(次々に友達名を質問)
 A先生 「〇〇君ね」
 「じゃあ、これは?」(先生の名前を知ってるかな)と自分の鼻を指さすと..
 Cさん 「うーん 鼻!」
 A先生 「その通り・・・ご名答!!」

<ハンカチ・タオルのお願いです>

自分のハンカチで手をふく習慣を

幼児さん: ひも付きタオル・ハンドタオル・ハンカチ
 学童さん: ハンカチ (できればポケットに入っていると使いやすいです)

<子どもの睡眠>

厚生労働省の健康情報サイト e-ヘルスネットによると、小・中・高校生は世界的に見て最も夜更かしをしているそうです。

睡眠不足や不規則な睡眠リズムの弊害

- ・イライラする・攻撃的になる
- ・集中力低下 ・記憶力低下
- ・情緒が不安定になる等

小学生は9時間から12時間、大人は6時間以上の睡眠が推奨されています。日本人の成人睡眠時間平均は、7時間22分。世界平均より1時間も短いのです。

