



各地の桜も咲き始め春の気配が濃くなってまいりました。あたたかい日差しに誘われ戸外での活動も多くなる季節です。親子で休みの日には、3密を守りながら桜の花を見たり、お出かけの機会を多く持ちながらコミュニケーションを取っていきましょう。



## <今月の活動>

A.あそびにおいでよ 月曜日～金曜日	活動内容	(持ち物)
2週 4月12日～ 16日まで	赤ちゃん体操 風呂敷を使って 「ふれあい遊び」	* 敷タオル・水筒 * スカーフや風呂敷
3週 4月19日～ 23日まで	4月のカレンダー 作り	* 着換え・水筒・手拭き
4週 4月26日～ 30日	戸外遊び 「砂場で遊ぼう」	* 水筒・タオル・着替え

## 《今月のうた》

- おはながわらった
- ちょうちょ
- ちゅうりっぷ

リズム遊びを楽しもう！

\*お集まりで季節の歌や、手遊びを楽しんでいます。リズム遊びでは、和音を耳で聞く事で「ドレミは、カラス」「ドファラは、キラキラ」「シレソは、ポンプ」の動きを体で表現していきます。保育士や園児の動きを真似て楽しいひと時を過ごしましょう。

### ★朝食の大切★

朝ごはんを食べていますか。簡単に菓子パンやお菓子などの食べ物が多く食べがちです。お腹は満たされるのですが、栄養やお昼までお腹が満たされないことが多く見られます。早起きをしてスッキリとした目覚めの後での食事をお勧めいたします。食事の内容についてももう1度見直ししてはいかがでしょうか。



～健康・保健よりお知らせです。～

紫外線は、春から初秋にかけ、時間については、正午前後が強く、低月齢児ほど影響が大きいので、何十年もたってから現れてきます。乳児期から日焼けする前に紫外線を浴びすぎないように心掛けていきましょう。衣類にも注意して、皮膚や目への影響だけでなく免疫力も低下し、病気を発症しやすくなります。地面や、建物からも反射します。戸外では、長袖や帽子を着用して、散歩は出来るだけ朝夕にベビーカーの日よけをして出かけましょう。

赤ちゃん体操・指先の運動・

- 1、手指の1本、1本を優しくつかみ「くるくるポン」と言いながら指を挟んで軽くこすります。
- 、足指についても同様に行い1本1本の機能を促していきます。

\*機嫌の良い日中に行ないます。

スキンシップを取りながら体に触れていきましょう。

タオルなどを曳き薄着で行います。