

今月の行事予定

- 2日(月) 愛情弁当
- 3日(火) ひなまつり
- 4日(水) うさぎ・きりん組クラス会
- 5日(木) たんぽぽ・ひよこ・りすクラス会
- 6日(金) 誕生会
- 10日(火) 避難訓練
- 14日(土) 卒園式
- 17日(火) お別れ会
- 30日(月) 延長保育なし
- 31日(火) 家庭保育ご協力

園だより

～笑顔いっぱい～

令和8年3月1日
若松第一保育園
TEL:0242-27-9271
<http://wakamatsudaiichi.wakahokyo.com/>

日に日に寒さが和らぐ中、心地よい春の風を感じる日も多くなりました。雪がとけた園庭を元気に走る子どもたちです。

1年を振り返ると「あんなことがあったな」「こんなことがあったな」と子ども達との思い出が昨日の事のように思い出されます。保護者の皆さまには、温かく見守っていただき、心より感謝しております。卒園や進級を迎える子どもたちがこれからの毎日を元気いっぱい笑顔で過ごしていけるように楽しい保育をしてきます。



おねがい

年度末は布団、ロッカーの中の物全てを一度持ち帰りいただくようになります。詳しくは、各クラスからもお知らせすると思いますが、今年度最終日は、荷物の入る大きな袋を持って来ていただくかと思っております。よろしくお願いいたします。

1年間を振り返り、子どもたちと共に私たち職員も沢山の経験と学びを得ることができました。これは、保護者の皆様の日頃より保育運営に関してご理解、ご協力下さったお陰です。感謝申し上げます。本当にありがとうございます。残りの1ヶ月の日々も大切に過ごしていきたいと思っております。

園長 中川 真由美

編集者の気になるトピック

先月の14日に職員が受けた研修にメディア・睡眠についての研修がありました。私には4人の子どもがいますが、仕事や家事に追われて、「気が付いたらこんな時間！」という日々を送っています。今回の研修を通して、母親としても家での過ごし方を見直してみるきっかけとなったので、ご紹介します。まず、衝撃を受けたことは、【ゲーム・ネット依存による脳繊維の損傷】です。



緑の部分が正常
赤が損傷した部分

神経繊維が強く損傷していることがわかります。これはコカイン依存と同様の損傷。WHOが「ゲーム障害」を病名とした根拠になりました。

時間を守れない、止めなさいと言われて止められなかったら、依存症の一手手前と言えるそうです。私自身もそうですが、テレビやYouTubeなどのメディアはもはや私たちの生活の一部であり、完全に切り離すことはできません。うまくテクノロジーと付き合いしていくことを教えていくのも子育てに必要なことだと思います。そこで…

ちょっとした工夫でメディアを減らせる方法

家事をしている時間はメディアを見せている…とご家庭は、入浴時間を早めてお家の人が家事をする前に寝かしつけをして早めに布団に入る習慣をつける。生活の流れを変えるだけで、メディアの使用が少なくなり、子どもたちの睡眠時間を増やすこともできます。子どもたちが早く寝たことで、お家の人の時間も増える！まさに一石二鳥です。

我が家でも実践、継続中です！この記事を読んで「やってみようかな」と思っただけいたら嬉しいです。