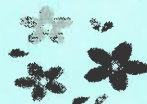




## ご入園・ご進級 おめでとうございます



ドキドキ、わくわくしながら迎えた4月。いよいよ新年度がスタートしました。

新しい環境になると、緊張や不安から疲れが出やすくなります。保育園では、午前中から楽しい遊びや活動が始まりますので、楽しく元気に過ごせるよう夜は早く寝て、疲れを取るなど生活リズムを整え、朝ごはんをしっかりと食べてからの登園をお願いいたします。



## 朝ごはんは一日のエネルギー源！



「時間がない」「朝ごはんを食べる時間寝ていたい」・・・。



このような理由で、朝ごはんを食べない子が増えているそうです。朝、起きた直後は体温が低く、体の動きが鈍くなっています。そこで朝ごはんを食べると体温が上昇し、脳や体が目覚めます。子どもたちが午前中、保育園で元気に過ごすためには、朝ごはんは欠かせません。



また、朝ごはんの時間はその日最初の、家族でコミュニケーションをとる場。どんなに美味しい食事でも、一人ぼっちでは食欲がわきません。あわただしい朝ですが、できるだけ家族一緒に朝ごはんを食べたいものです。



## お弁当についてのお願い (3・4・5歳児の保護者の方へ)



- ☆ 食べられる量の白いごはんを持たせてください。
- ☆ 誕生会、土曜日は完全給食となります。お箸だけを持たせてください。
- ☆ お弁当のパッキン部分・箸箱の四隅は特に丁寧に洗ってください。カビが生えやすい部分です。
- ☆ お弁当包みは毎日交換し、清潔に心がけてください。



## 給食担当者紹介

今年度、給食を担当させていただきます

佐藤咲希 山口紀子 小山恵里 江川美代 佐藤恭子 です。

子どもたちが楽しみにしてくれるような、おいしい給食を提供していきたいと思っております。何かありましたら、気軽に声をかけてください。

一年間、よろしくお願いいたします。

