

# 4月 ぱくぱくだより

ナーサリーにじいろ♡まむ 令和5年4月1日発行 No.12



新年度がスタートしました！日中保育園で、元気に過ごすためには朝ごはんがとても大切です。パンではなく“ごはん”と味噌汁を食べさせて登園させて下さい。

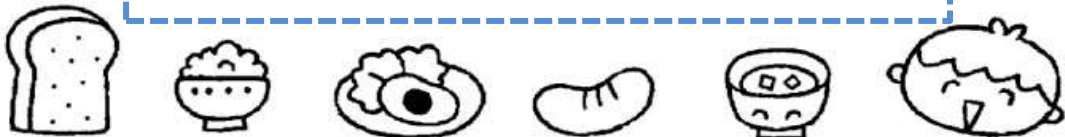


## とっても大切！ 「早寝早起き」と「朝ごはん」

規則正しい時間に寝て、朝早く起きる生活をするこ  
とは、子どもの脳の成長に重要です。また朝ごはんは、  
寝ている間に低下している体温を上昇させ、脳の働き  
を活発にするため必須です。『早寝早起き、朝ごはん』  
は、頭と体を元気にする基本です！

### ◆夜型の子ども◆

キレやすい、攻撃的など問題を起こしやすい。  
また太りやすい傾向がある。



## お手伝いのススメ

お手伝いは、親子のコミュニケーションの時間です。  
いろいろな食材や食器に触れることで、『食』への興味が  
深まり、自然と好き嫌いが減っていくこともあります。  
更に、お手伝いをして「ありがとう」と言われると、  
子どもは嬉しくなり、「次は何をしよう」と考えて、徐々  
に自立心も育まれていきます。

是非、楽しみながら始めてみましょう！

生地が膨らんだよ！



こねこね…

## 3月の 食育集会

～お楽しみ会～

今年度最後の食  
育集会は、みんな  
で「パン作り」を楽し  
みました！

園内に焼きたて  
のパンの香りが広  
がり、幸せな気持  
ちになりました♡



完成！