



# の園だより

令和8年1月1日  
認定こども園  
函館上湯川保育園  
Tel 57-2619

<http://teishinfukushikai.or.jp/kamiyunokawa/>



## あけましておめでとうございます

新しい年の始まりです。今年も素敵な一年になるようお祈り申し上げます。  
今年も子どもたち一人ひとりが、毎日安心して笑顔過ごすことができるように、  
職員一同、気持ちを一つにして見守っていきたいと思います。その為にも、  
ご家庭との連携を密に取り子ども達の成長を一緒に見守っていければと思います。  
尚、担任も交代で休暇等で休むことがありますので、よろしくお願い致します。



## 今月の行事予定



- 5日(火) 保育始め
- 8日(木) バルシューレ(5歳児)
- 9日(金) 学童すずらんと交流
- 14日(水) 雪だるま誕生会
- 15日(木) 食育(3歳児)
- 20日(火) バルシューレ(3、4歳児)
- 22日(木) 地震訓練
- 27日(火) こぐまクラブ(4、5歳児)
- 28日(水) レストランごっこ(5歳児)



## お正月の過ごし方について



●毎日元気に過ごすためにも生活リズムを整えることが大切になります。

ご家庭でも、次の点を意識してみましょう！

・夜はしっかりと睡眠が取れていますか？

夜更かしが続くと日中の活動に影響が出ることもあります。十分な睡眠がとれるよう就寝時間を意識してみてください。

・テレビやスマホの利用について約束は守れていますか？

長時間の視聴は生活リズムの乱れに繋がりがやすいため、時間や内容について改めてお子様と一緒に確認することが大切です。

※画面を見る時間は、**1日30分未満**が望ましいとされていますがなるべく短くするようにしてみませんか？

・朝ごはんをはじめ、規則正しい食事が取れていますか？

朝ごはんは一日の元気のもとです！できる範囲で決まった時間に食事を取ることを心掛けてみましょう。

●インフルエンザ等の感染症にかかった場合は、保育園まで連絡をお願いします。

