

# 5月



## ひまわり組だより

新年度がスタートして早くも一か月が経ちました。新しい環境にもだいぶ慣れ“あこがれの年長児”となったひまわり組のお友達。「〇〇ちゃんみたいなお姉さんになりたい」「学習が楽しみだけど難しそう…」などとこれからの一年を楽しみにする声があちこちから聞こえてきます。

室内ではレゴやお絵描きゾーンが特に人気です！イラストの説明書を見ながら同じものを真剣に作ったり、写し絵や模写で大好きなキャラクターを描いたり、国旗を真似して描いたりと興味の幅も広がっているようです。戸外では氷鬼やサッカーなどルールある遊びを通して友達との関わりを深めています。子どもたちは春の自然にも目を向け、キンカンの木から幼虫を見つける子もいます！「見つけた！」と叫んだ子はすぐに友達に囲まれるほど人気者です。

これから笑ったり泣いたり…色々な経験を重ねてみんなで成長しながら、楽しんでいきたいと思います。

一年間どうぞよろしくお願ひいたします。



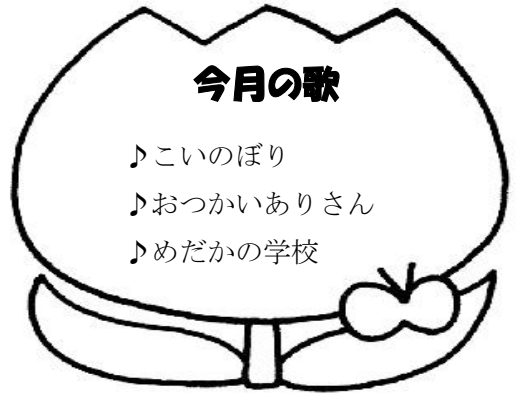
### 今月の目標

- ・ 戸外遊びやリズム遊びを通して体を動かして活動する楽しさを味わう。
- ・ 夏野菜を植え、世話することを通して野菜や食材に興味を持つ。



### 今月の歌

- ♪ こいのぼり
- ♪ おつかいありさん
- ♪ めだかの学校



### ～衣服の調整について～

日差しが暖かい日が続く、日によっては暑いと感じる日もあります。園庭遊びやお散歩でたくさん動いて汗をかき、着替えをする機会が多くなっているので、薄手の服や半袖を多めにご準備ください。最近では自分たちで衣類の調整をし、ロッカー内もきれいに保とうと毎朝整理整頓を頑張ってくれています。子どもたちが整頓しやすいよう3～4セットを目安にご準備お願ひいたします！

### 大人だけではない！五月病について

新年度が始まり慣れてきたころに感じる、なんだか体がだるい…仕事がかたらない…などの「五月病」の症状。これは大人だけのものと思いませんか？実は就学前の子どもも似たような五月病の状態になることがあるのです。連休明けや長期休み明けなど、以下のような姿が見られないか注意しましょう。

- ・ 朝にぐずったり、起きられなくなったりする
- ・ なんとなく無気力で表情が乏しい
- ・ 寝つきや寝起きが悪い

具体的な対策としては、休みの間も保育園の話題や前向きな言葉や頑張る目安を伝えてみてください。

例えば「〇〇ちゃんは何にしているだろうね？」「次保育園行ったら何して遊ぶのかな？」「次のお休みは〇〇しよう！」など保育園に意識が向く会話がおすすです☆

特に“頑張り屋さん”に多く見られる症状です。大好きなお家の方に寄り添ってもらい褒めてもらうことがなによりも必要なケアとなります。出来るだけ連休中も普段の生活リズムで過ごしたり、園にはできるだけ休まず通うことも大事です！頑張っているお子さんのあゆみを一緒に見守り支えていきましょうね。