

たんぽぽぐみだより

子どもたちの元気な声や挨拶と共に、新しい年がスタートしました。

年明けには、おもちゃつきに参加したり、お部屋では手作りコマで遊ぶ子どもたちの姿が見られていました。寒さが一段と身に染みるこの季節ですが、今月も外で様々な遊びや発見をして楽しんでいました。体調管理などに気を付けながら、これからも元気に過ごしていきたいと思います。

おもちゃつき (1月10日)



おもちゃの様子を真顔に見ていた子どもたち。お部屋でもおもちゃの発見をしたり、手遊びと一緒に行ったり楽しんでいます。



もち米をみんな美味しく頂きました。

アサギと自分さやこ遊び!!



上着も自分で着れるように、はじめています。おすじい。

ミニ発表会



高木かほり、むぎほん、積み木がステージに变身!!

ちんりひりぞこ人形に長く繋げられるように作りました。



お部屋さんごっこ



かちかちや とんとん



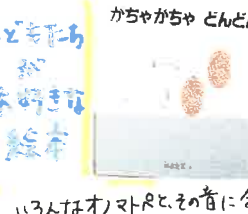
マチレイボーを並べ、くんと、くんと、2人が上手に積み上げました。7-ちんりのお家!!



本読み大好き!!



集中して見ているのは、「もももも」の絵本。「もも」に「はり」と奇妙な擬音でなる不思議な世界観! 読むは読むほど、楽しくなる一冊です。



いんちんおまの首に合点! ラストの言葉が絵本です。子どもたちも何回も読んで、覚えてきた。全員の笑顔が広がる大切な時間です。



自然と友だちがいるところへ集まって、リズム遊びがはじまりました!!



がみんさんの絵本ととも可愛くて、子どもたちも楽しんだ表情に、いんちんおまの「はり」の音、石鹸をいっしょに洗った時に「はり」のお風呂の音が響く一冊です。



ちんり、くまが大好き! 元張りの歩いているくまを、後ろでそとで支えてあげていたちんり偉い!!



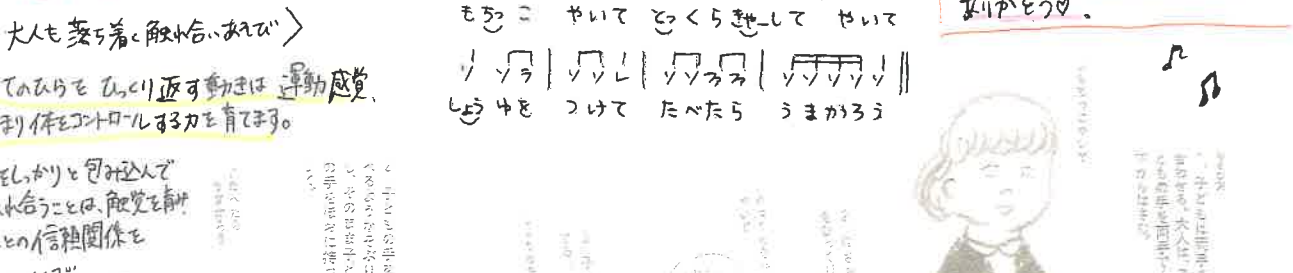
片付けの時間になると、お片付けして、くま! いちお片付けよう!!



「みぞ あいしゅりーむ!」アスパラの葉を丸めるときの杖を合わせてアスパラを折ります!!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!

ぜひ! 家庭でも楽しんでみませんか!



ちんり、くまが大好き! 元張りの歩いているくまを、後ろでそとで支えてあげていたちんり偉い!!



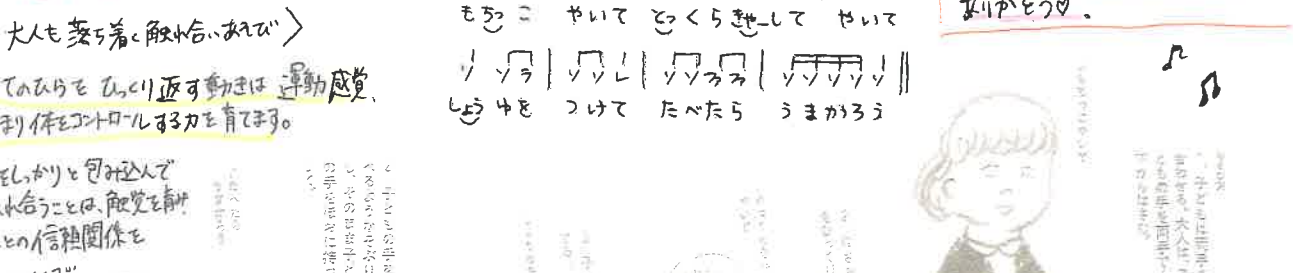
片付けの時間になると、お片付けして、くま! いちお片付けよう!!



「みぞ あいしゅりーむ!」アスパラの葉を丸めるときの杖を合わせてアスパラを折ります!!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!



おはな! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり! ちんり!

ぜひ! 家庭でも楽しんでみませんか!

夏さん、おススメのこの本!!
私もぜひ。おススメしたい!!

子どもたちの体の不調って心配ですよね。
最近では、おたけおたけ鼻水が止まらない、手には
中耳炎を繰り返す... 風邪が長引くことも多い。
他にも、「排便のリズムがヒトのわかない」や
「便秘や下痢をする」「布団に入ってもおたけおたけ
寝っけたり」「すぐに疲れる、体がだるそう」
「夜中に起きこえよう、夜泣きする」など不調が見られる。
この本には、様々な項目の解決策が書かれています。



「秘訣が詰まった一冊!」
子どもが心も体も健やかに
いられる秘訣が詰まった
大切な一冊!

生活の中での困った時に、おたけおたけに相談すれば嬉しいです。

Chapter 1
ぐっすり眠ってすっきり起きる10の養生

- 1. 子どもの睡眠習慣と自律神経のはなし
- 2. ぐっすり眠るためのポイント
- 3. 寝る前の準備
- 4. 寝る前の過ごし方
- 5. 寝る前の過ごし方
- 6. 寝る前の過ごし方
- 7. 寝る前の過ごし方
- 8. 寝る前の過ごし方
- 9. 寝る前の過ごし方
- 10. 寝る前の過ごし方

も、体内時計の働きはバランスを崩してしまいうようにでき
ており、リズムを取り戻すには、壊すのに必要な時間よ
り、はるかに長い時間が必要とされます。乳幼児の頃に乱
れた体内時計は、成長しても悪影響を及ぼすことが知られ
てきており、これが原因で自律神経系のバランスが崩れや
すくなり、さまざまな問題を引き起こすと考えられていま
す。ですから、かうちりとリズムカルに働く体内時計を子
どもの頃に獲得させてあげられれば、子どもは病気にもな
りにくく、メンタルが安定的で、明らかに生きられるよう
になるのです。



Chapter 2
おいしく食べてすっきり出す10の養生

- 1. 子どもの食習慣と自律神経のはなし
- 2. 食習慣と自律神経
- 3. たんぱく質をしっかりと
- 4. 甘いものを控えて
- 5. 甘いものを控えて
- 6. 甘いものを控えて
- 7. 甘いものを控えて
- 8. 甘いものを控えて
- 9. 甘いものを控えて
- 10. 甘いものを控えて

