



だしっこ通信

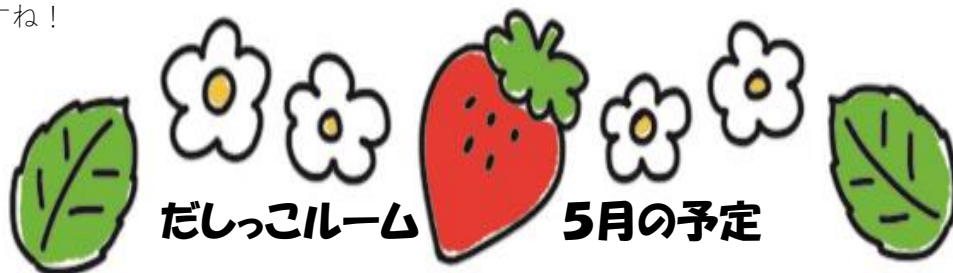
だしこの園 子育て支援だより

令和7年5月1日

担当 田口麻弥

暖かい陽気の日が増えてきて、あちらこちらで春の草花が見られるようになってきました。新年度の生活にも慣れてきた頃ではないでしょうか。今年度のだしっこルームも始まりました。子育てについて情報交換をしたり、気分転換につながるような明るく、楽しいだしっこルームにしていきたいと思っています。

もう少しでゴールデンウィークもやってきます♡お出かけをしたり、お家でゆっくりと家族の時間を楽しんだりして、日頃の子育てのリフレッシュができるといいですね！



だしっこルーム

5月の予定

14日(水) だしっこルームで遊びましょう♪

21日(水) 身体測定をしましょう！

28日(水) つくって遊びましょう♡

～手作り玩具を作ってみよう！～

子育てワンポイント💡

体の健康を保つには、免疫力を高めると良いとされています。その方法として、バランスの良い食事、1日10分程度の運動、質の良い睡眠などがありますが、一見無関係に思える『笑うこと』もあげられています。『笑うこと』つまり笑顔になることは、脳が「この人ご機嫌なんだ」と判断して幸せホルモンを出し、いい気分や優しさ、やる気などを応援してくれる仕組みがあります。

笑うと体が温まり健康促進にもなります。免疫を高める細胞の働きも活性化するので、元気になり、ストレスも発散され健康を保てます。家族や友達、子どもたちと思い切り笑って、子育てを存分に楽しみましょう♡♡



4月のだしっこルームの様子



初めての場所！色々な物がある…
気になる気になる🌟



お話しながら、にっこりご機嫌♡音の
鳴る玩具もいっぱいあって楽しいよ🎵