



# ハグくみだより 4月号

ハグくみ岡崎園

春のあたたかな風が頬をなでる中、新年度がスタートしました。また一つお兄さんお姉さんになって、ちょっと得意げな顔をしているかわいい子どもたちの表情を見ていると、これからの1年がとても楽しみです。新しいお友達も入園し、新たな環境の中で、不安もあるかと思いますが、少しずつ慣れていけるように毎日過ごしていきたいと思います。ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。



## 生活リズムを身につけよう！

入園、進級などで新しい環境に入る春は生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本です。ぜひ実践してみてください。

### ①早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れを癒し、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。

### ②朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べると一日の活力につながります。腸も刺激されて、動き出し排便を促します。



## 4月イベント

歯科健診 → 4/25

お楽しみ会

(パネルシアター)

→4月中旬

お誕生日会

→4月下旬

## ☆お願い☆

全ての持ち物に記名をお願いします。オムツも一枚ずつに記名をお願いします。お昼寝用のタオルケットを持ち帰った際は、次回登園時に必ずお持ち下さい。着替え用の服を1式入れていただいておりますが、サイズや、季節に合ったものをお入れください。暖かくなってきましたので、一度ご確認をお願いします。