

むつみだより

令和5年4月号 No.283
母子生活支援施設
仙台むつみ荘

いよいよ新年度が始まりますね。進級、入園、入学する皆様、おめでとうございます。子ども達は入学や進級という新しい環境にドキドキしながらも、新学期を心待ちにしています。

子ども会には新しいメンバーが加わり、より一層賑やかになりそうです。暖かい日差しの中、自然と「鬼ごっこしよう」と声が上がリ、毎日外に出て思いっきり駆け回っています。

ひよこ組でも外遊びや散歩に行くことが増え、色とりどりの花を見つけたり、アリやダンゴムシを探して触れてみたりと春の訪れを感じています。

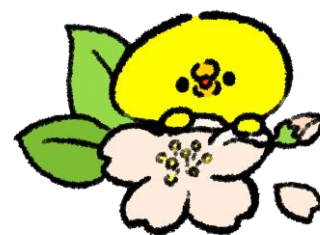
4月は新しい環境に慣れるまで、体調を崩すこともあると思います。それぞれのペースを大切にしながら、生活リズムを整えて過ごしていきましょう。

子ども会

3月24日に、「卒業・進級を祝う会」を行いました。一年間で頑張ったことの表彰と、掃除や畑・花の水やりを頑張った人の表彰、プレゼント贈呈を行いました。名前を呼ばれると「はい」と大きな声で返事をし、ステージの上で施設長から堂々と賞状を受け取っていました。「来年度はもっと頑張ります」と自ら発表する子もいて、その頼もしい姿に職員も思わず感動です。

新年度に向けての目標発表では、「わり算をがんばる」「足が速くなりたい」「ゲームを頑張る」などなど、様々な目標があがりました。それぞれの目標に向かって頑張ってほしいですね。

そして、お昼はみんなでピザを食べました。やっぱりみんなで食べるご飯は楽しくて、とても美味しかったようです。今年度も色々なことにチャレンジし、楽しんでいきたいと思っています。どんな一年になるのか楽しみですね。



4月の予定

○子ども会始まりの会

○お話会（母対象）



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。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いやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょ。

②朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょ。

③うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はおんちタイムをとり、トイレに座りましょ。



ひな祭り

3月3日はひな祭りでしたね。小学生にひな祭りの由来やどのようなことを行うのか聞いてみると、「お雛様とお内裏様を飾るんだよ！」と元気いっぱい答える子ども達。むつみ荘の玄関にも素敵なお雛様が飾られました。

桃の節句とも呼ばれるこの日に小学生とフラワーアレンジメントを行いました。桃の花やあやめなど季節の花を使ってみんな思い思いに生けていきます。花瓶を自分で選び、オアシスにさしたり、初めてお花を生ける子たちはどう生けようか悩みながらも自由に表現していました。出来上がったフラワーアレンジメントは事務室前や廊下、集会室に飾り、通る人たちの気持ちを華やかにしてくれました🌸

ひよこ組では、パンにチーズやいちごジャム、ハムなど好きな物を挟んでサンドウィッチを作って食べました。自分で作ったサンドウィッチを美味しそうに食べることもたちの姿にお雛様もにっこり笑顔でした。