



# みみょう にここ通信 5月号

園開放 5月の予定

月	火	水	木	金	土
2 第二みみょう保育園	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 みみょう保育園	7
9 第二みみょう保育園 にここ広場	10	11 第二みみょう保育園	12	13 みみょう保育園	14
16 第二みみょう保育園 栄養相談	17	18 第二みみょう保育園	19	20 みみょう保育園 誕生会	21
23 第二みみょう保育園	24	25 第二みみょう保育園 アルバム作り	26	27 みみょう保育園	28
30 第二みみょう保育園 身体計測	31				

## はじめまして

こんにちは。今年度、園開放担当になりました、新中・木下です。一年間、どうぞよろしくお願い致します。地域の保護者の方々にほっとする場となるように、努めてまいります。

みみょうの保育である“子どもは群れの中で育つ…”をモットーに、皆さんが居心地がよく、来やすくたくさんの方たちが作れるよう、大きな群れができるような環境を提供したいと思っています。

例年、どんどん来園者も増え、楽しそうに話されているのを見ると、私たちまで嬉しい気持ちになります。育児の悩み、気分転換、お子様に新たな刺激を…とお考えの方は、ぜひ一度保育園に遊びにいらしてください。

今年度は、月に1回、手形や足型などお子さんの成長記録を取りながら、“一年成長アルバム”を作っていきたいと思っています。かわいいお子さんの思い出を一緒に作りませんか？たくさんのご参加お待ちしております。

## 育児あるある



今回の育児あるあるでは、夜泣きについて考えてみましょう。

育児経験のある多くの親は、一度は経験しているであろう“夜泣き”。イメージ的に親も子ども疲れ果てて…というところではないでしょうか？

なぜ、赤ちゃんや小さな子どもは夜泣きをするのでしょうか？夜泣きは、人間の睡眠サイクルの中で、浅い眠りと深い眠りを繰り返す中で、赤ちゃんが浅い眠りの時に目を覚まし、その時に泣くのが“夜泣き”とされています。大人でも、一度目が覚めると中々寝付けなかったり、途中で起こされると不機嫌になるものです。裏を返せば、睡眠の成長段階で誰もが通る道で、いつかは卒業するということです。

周りの大人も、睡眠不足になりがちで、大変な時期ですが、わが子の成長の現れだと考え乗り切りましょう。周りの大人に頼るのも心強いものです。

毎月、栄養相談や身体計測もあります。管理栄養士や看護師にも気軽に相談できる機会ですので、ぜひ来てみてください。

また、月によっては、育児講座や試食会などもありますので、お見逃しなく。

## 6月の予定

- 1日 育児講座（歯磨き指導）
- 8日 にここ広場
- 13日 栄養相談
- 24日 誕生会
- 27日 身体計測
- 29日 育児講座（戸川先生と遊ぼう）

