

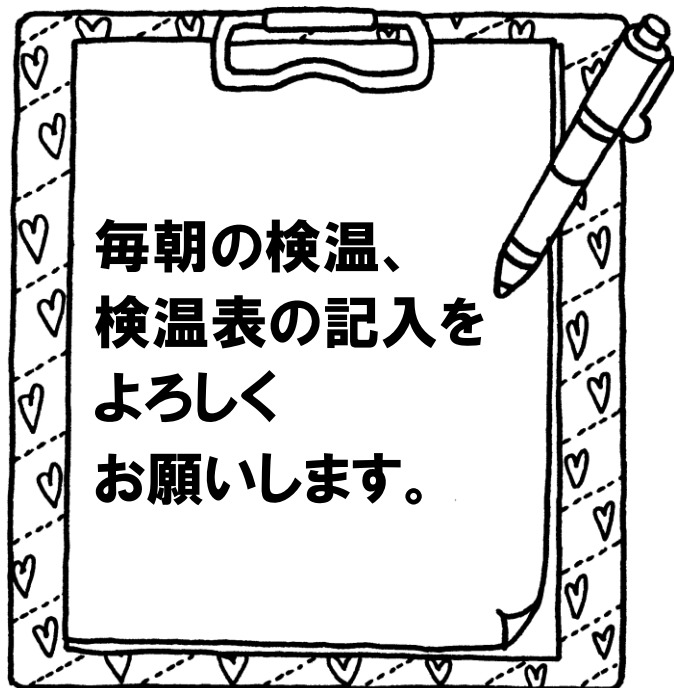
ご入園、ご進級おめでとうございます。

はじめての園生活の不安や、お部屋が変わったり、環境の変化で体調を崩しやすい時期です。

帰宅後は休養を十分にとって体調を整えてからまた次の日元気に登園してください。

春の温かい気候、鳥の鳴き声やお花たちもみんなを出迎えてくれます。

たくさんお外に出て元気よく遊びましょう♪



### 「早寝早起き朝ごはん」

を心がけましょう！

★一日の疲れをしっかりとるためにも夜は早めに布団に入る習慣をつけましょう♪

★朝はカーテンをあけてしっかり太陽の光を浴びて脳を起こしましょう♪

★朝食を食べ、排便を済ませたら、  
……さあ！元気よく登園です♪

※毎朝9時からの体操前に  
戸外遊びを行っています！  
早めに登園し、  
余裕をもって身支度が  
できるようにしましょう。

◎手洗いうがいは病気や食中毒予防のために大切な習慣です。

外出先から家に戻ったら家族みんなで行いましょう。

◎周りのおともだちを傷つけてしまうこともあるので子どもの長い爪はとても危険です。

短く切って、清潔にしましょう。