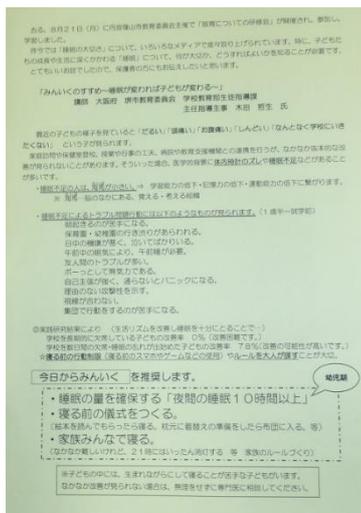


【今日からみんないく】

園名：城南幼稚園

1



- ・職員が研修で学んだ「眠育」について保護者の方々に通信でお伝えしました。
- ・睡眠の大切さを知り、園児たちが毎日元気いっぱい過ごせたらいいですね！

2



- ・園児たちと「眠育」について話し合いをしました。

「何時ごろ寝てるかな？」

「テレビやスマホに時間を決めてるかな？」

の質問から始まり、睡眠の大切さやどのように大切なのかを話しました。

ひとこと(遊びのポイントや豆知識等)

- ・子どもは、大人のマネをするよ。
 家族みんなでテレビやスマホの時間、寝る時間を決めよう！！

年齢 (0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児) 季節 (春 夏 秋 冬)
遊び 自然 [植物 虫 その他] 運動 [室内遊び 屋外遊び] 制作
探してみよう 食育 眠育