

【 眠育について考えよう！ 】

園名：たき認定こども園

1



たきこども園では、養護教諭が定期的に眠育についての掲示をしています。子ども達にもわかりやすく絵にしてみたり、ぐっすり眠るための方法等をお知らせしたりしています。

2



丹波篠山市から配られている『みんなくのすすめ』も大きく絵にして掲示することで、子ども達も興味をもって見えています。

3



「モーニング コールはまいにち おなじじかん」「よくあそぶ こどもはぐっすり ねむれるよ」等、5・7・5のリズムに合わせて覚えることで、眠育を意識できるようにもしています。

4



定期的に掲示をすることで、年間を通して眠育の大切さを伝えていきます。保護者の方だけでなく、園児達にも『眠育』を考えるきっかけとなればと思っています。

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