



さわやかな風が吹く中で、暖かな日差しが気持ちいい季節です。
5月とはいえ、夏並みの気温まで上がることもあり 汗をかきやすくなる
時期でもあるため、水分補給・体調管理なども気を付けていきましょう。

子どもも5月病?!

子供たちも新しい生活に慣れてきた頃ですが、大人が思っている以上に頑張りすぎて
ストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ちが不安定になったりするお子さんも
います。

普段泣かない子が泣く、目をパチパチさせる、今までできたことが「できない」「やって」
など 何かと理由をつけて困らせたり、元気がなかったり…。

子どものちょっとしたサインに「わがまま?」というようにとらえてしまうことも多く、
大人が見逃しやすい傾向にあります。

子どもも毎日、集団生活の中で 色々なことに挑戦し頑張っています。

その頑張りを認め、たくさんほめたり、いっぱい抱きしめたりすることで満ち、
次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。

子ども達が心身ともに安定して過ごせるようにほんの数分、大好きなお父さん・お母さん
からの愛情をちょっと…いいえたっぷり注いでみませんか?

多分、どんな薬より効果てきめんですよ!



熱中症予防。。。水分はどんなものが良い?

5月は、昼は気温がぐっと上がりますが朝は涼しいため、
体がついていかず体調を崩しやすい季節です。

熱中症の予防には、水分摂取が必須です。

子どもたちに一番適している飲み物は、水または麦茶です。



〔シロツメクサ〕

誰もが知っている道端の白い花。

でも読んでいくうちに全く知らなかったことに気付かされる。

そしてもっと好きになる。そんな絵本です。

〔へんしんトンネル〕

トンネルをくぐると、なぜかいろんなものが

変身しちゃうんですって!!言葉遊び絵本です。

