



児童発達支援事業所ケ・セラ

保健より

風邪をひきにくい健康な体を作るには、毎日の生活リズムを整えることが大切です。寝起きや就寝、食事の時間を決め、それを習慣づけるために家族そろって続けていきましょう。

お子さんと一緒に健康的な生活を目指しましょう

! Check !

お子さんと一緒に1年間を振り返ってチェックしてみてください。チェックのできなかった項を4月からの目標にしてみましょう!!

- 早寝早起きができた
- 朝ごはんは毎日食べた
- 食後は歯磨きをした
- 毎朝、うんちをした
- 外で沢山あそんだ
- 外から帰ったら
手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた

今年最後の月を迎えるにあたり、本年度も1年間、子ども達が色々なことをできるようになっていて、成長を毎日楽しく見守ることができました。保護者の皆様には多数のご協力を頂き誠にありがとうございました。

来年度も、どうぞよろしくお願ひいたします。



今月の手遊び

- ♪ちいさなはたけ
- ♪キャベツの中から
- ♪ひなまつり

今月の予定

ひなまつり会

持ち物には記名をお願いします

持ち物には記名をお願いします

名前が薄くなっていたり消えていたりする物もごございます。記名のご確認を宜しくお願ひいたします。

歯ブラシの交換を

・衛生面を考慮し**1か月に1回歯ブラシを交換**したいと思います。月初めに新しい歯ブラシを持参されてください。

(※月一回ご利用のお子様は1か月~2か月に1回の交換、保護者様の判断で宜しくお願ひ致します。)