

はやおき はやね あさごはん キャンペーン

今年の夏は雨も多く、なかなか夏ならではの遊びができなかったのでは？それでも夏休みには家庭でお出かけしたり、ゆっくり過ごしたりとそれぞれ楽しい思い出ができたと思います。でも、振り返ってみるとこんなことになっていませんか・・・？

- ・夏休みに夜更かしばかりして朝起きられない・・・
- ・冷たいものばかり飲んだり食べたりして食事が偏っている・・・
- ・夏バテ気味で食事が摂れない・・・などなど

そこで今回の『はやおき はやね あさごはんキャンペーン』では「はやおき はやね あさごはんカード」を取り入れたいと思います。（対象はねこ組、とら組、らいおん組となります。）9月11日（月）～22日（金）に行います。

《カードのやり方》

- ①「朝起きる時間」「夜寝る時間」を家庭で決めて記入してください。
- ②お子さんと一緒に約束事を1つ決めてください。（「苦手な野菜も1口食べる」「食事の準備をお手伝いする」などお子さんが無理なくできる簡単な物で結構です。）
- ③決めた時間に起きられたか？、寝られたか？、朝ごはんを食べたか？約束事を守れたか？の確認をしてください。（お子さんが園でマスに色を塗ります。）

カードは家庭で記入していただく欄があり、園でも確認を行うので、期間中毎日持ち帰り、登園時に持って来てください。カードは11日（月）に配布します。最終日にはがんばったご褒美がもらえるかも♪お子さんと一緒に楽しみながら取り組んでくださいね☆家庭でお子さんと話をしたり、生活リズムを見直すきっかけになればいいなあと思います。お忙しいと思いますがご協力よろしくをお願いします。