



社会福祉法人 明秀福祉会  
 第2さつき認定こども園 (本園)  
 宜野湾市真栄原3-37-25 TEL 870-9218

---

社会福祉法人 明秀福祉会  
 第2さつき認定こども園 (分園)  
 宜野湾市大謝名2-27-15 TEL 975-7707

**主題** 進級への喜び

**今月の歌** ♪ 思い出のアルバム  
 ♪ 卒園の歌  
 ♪ 春です

**目標** 進級へ期待を持つ



**(3月の予定)**

1	日	
2	月	ひなまつり会 卒園式リハーサル①
3	火	英語(3.4.5歳児)硬筆(5歳児)身体測定(1.3歳児)
4	水	
5	木	サッカー (3.5歳児)
6	金	サッカー (4歳児)
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	英語(3.4.5歳児)硬筆(5歳児)身体測定(2.4歳児) 琉球大学医学部保健学科 臨地実習
11	水	収穫体験 (3.4.5歳児) 避難訓練 琉球大学医学部保健学科 臨地実習
12	木	お弁当会 琉球大学医学部保健学科 臨地実習
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	英語 (3.4.5歳児) 身体測定 (0.5歳児)
18	水	
19	木	
20	金	春分の日
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	英語 (3.4.5歳児) 卒園式リハ②
25	水	誕生会
26	木	
27	金	AM卒園児を送る会・修了式 PM会場設営
28	土	AM卒園式(5歳児)13時 PM職員研修
29	日	
30	月	※家庭保育協力日 (新年度準備 13時)
31	火	※家庭保育日 (新年度準備)

(^^♪さくら咲いたら一年生♪一人でできるかな〜♪  
 4.5歳児クラスでは、2月後半より卒園式・修了式の練習が始まりました  
 年長児のさくら組も4月からは、小学一年生  
 あんなに小さかった子ども達も沢山の仲間と一緒に育ち合いたくましく成長しました。最後の園生活思いっきり楽しんでいけるよう、盛り上げていきたいと思ひます。  
 進級へ向けて次のクラスへ移動し、部屋に慣れたり、生活の振返りをおこない、育ちを再確認しています。  
 家庭でも、生活習慣・持ち物の再確認を行い、子ども達がスムーズに進級できるよう、イメージを膨らませ話題作りを楽しんでみてください。  
 新生活へ向けて、持ち物へ名前記入確認をお願い致します。

**分園 2歳児保護者の皆様へ**

4月からは3歳児へ進級し本園舎での保育がスタートします。  
 子どもたちは、1月より本園舎での交流保育が始まりました。  
 園舎見学希望は、本園園庭横の砂利の駐車場へ車を駐車し、お越し下さい。  
 1階が事務所になります。主幹山城及び近くの職員へ園舎見学をお声掛け下さい

**お知らせ (令和8年度へ向けて) 3/12木締切**

●「家庭調査票(一枚)」・「緊急連絡・引き渡しカード(2枚)」  
 3/2月 進級児へ持たせます。  
 記入後、3/12木までにクラス担任迄提出ください。

**3/30月~3/31火 新年度準備協力について**

令和8年度へ切替準備期です。(年間予定通り)  
 子ども達のスムーズな進級及び新入園児を迎え入れる為の大切な準備期間となります。  
 3月30日(月)13時まで ※家庭保育ご協力お願い致します。  
 3月31日(火)家庭保育協力日

**今月の行事**

- 2月 ひなまつり ※オシャレ着で登園下さい。 ※
  - 10~12 琉球大学医学部保健学科 臨地実習(3日間)  
火~木
  - 11水 収穫体験(じゃがいも・人参・玉ねぎ) ※3.4.5歳児
  - 12木 お弁当会
  - 25水 誕生会
  - 27金 AM 卒園児を送る会&修了式  
PM 卒園式会場設営 設営したい、卒園式リハーサル
  - 28土 AM令和7年度 卒園式(5歳児) PM職員研修
- ※全職員で祝福します。家庭保育協力お願い致します。保育13時終了
- 30月 新年度準備協力日(13時) ※家庭保育協力お願い致します。
  - 31火 新年度準備日 ※家庭保育日

**本園2歳児の保護者様駐車券返却及び新駐車場の案内**

本園では、0歳児ひよこ組・1歳児りす組・2歳児うさぎ組へ  
 1Fピロティ駐車券提示し、駐車場を利用をいただいています。  
 2歳児は、3歳児へ進級の為、令和8年3/26木までに、担任へ駐車券返却下さい。  
 令和8年4/1~卒園迄、(3歳児ばんだ組・4歳児ぞう組・5歳児さくら組)

**実習生の受け入れ ご案内**

琉球大学医学部保健学科 臨地実習(地域包括ケア実習I) 本園 実習提携施設  
 令和7年度 3/10火~3/12木 3日間  
 琉球大学医学部保健学科の一年生を迎え入れます。  
 ※実習目的  
 地域で生活している小児から高齢者及び心身に疾病・障害をもっている人々との関わり合いを体験し、他者への関心と理解を深める。また人々の生活(暮らし)の場である地域や人々が支え合って生活することの意義を理解する。

3月

# こどもの睡眠だより



おきなわねんねコーチ  
IPHI妊婦と乳幼児睡眠コンサルタント  
胎育アドバイザー  
9歳4歳の2児の母  
0歳～小学生睡眠相談

～子どもの成長を支える「眠り」親子の暮らしをもっとラクに～



今月のおはなし

## 眠りは未来への土台です



今年度も残りわずかとなりました。

この1年間、子どもたちの成長を保護者の皆さまと一緒に見守ることができ、心より感謝申し上げます。

日々の寝かしつけや朝の支度など、毎日の積み重ねは決して簡単なことではありません。

睡眠たよりをきっかけに、家庭での過ごし方を整える参考にしていただけると嬉しいです。

睡眠は「体を休める時間」と思われがちですが、それだけではありません。

眠っている間、子どもたちの体の中では、

・体の成長を促す・昼間の経験や学びを整理する・気持ちを整える

といった大切な働きが行われています。特に乳幼児期の睡眠は、心と体の土台づくりの時期。

目には見えませんが、確実に未来に繋がる大きな力になっています。

## ！小学校1年生の不登校増加傾向

令和6年度の文部科学省調査で、小・中学校の不登校児童生徒数が約35万4千人で過去最多・12年連続増加となっています。

学校現場では「学校生活への無気力・不安」や「生活リズムの乱れ」など複合的な背景が指摘されており、子どもの心と生活の安定が大切とされています。



### 十分な睡眠は

- ・朝すっきり起きる力
- ・気持ちを安定させる力
- ・新しい環境に慣れていく力

これらを支える基盤になります！

睡眠だけですべてが決まるわけではありません。  
でも、睡眠は未来に向けて整えていける大切な土台です。

### 睡眠との向き合い方

大切なのは「完璧にすること」ではありません。

- ・できるだけ同じ時間に寝る
- ・朝はカーテンを開けて光を浴びる
- ・眠る前はゆったり過ごす

こうした小さな積み重ねが、子どもたちの安心感につながります。  
うまくいかない日があっても大丈夫です。

長い目で見て整えていくことが、何よりも大切です。



睡眠は、子どもにとっても大人にとっても心と体を整える大切な時間です。

今日ぐっすり眠ることは、明日の元気だけでなく、これからの未来へとつながっていきます。

大人も子どもも早寝早起きを意識しながら、家族みんなで生活リズムを整えていくことが、安心できる毎日につながります。

完璧を目指さなくて大丈夫です。それぞれのご家庭のペースで、無理なく続けていきましょう。

この一年、睡眠について一緒に考え、向き合ってください本当にありがとうございました。

来年度も、子どもたちが安心して眠り、元気に過ごせる毎日を大切にしていきたいと思えます。

改めまして、睡眠たよりを読んでいただきありがとうございました。

