

2025年

5

5月1日発行

にじいろクラスフラット札幌

ふらっとだより

今月の快適グッズ



Topics

公園でもEnjoy



新緑がまぶしく、さわやかな風が心地よい季節になりました。子どもたちは春の陽気の中、元気いっぱいに過ごしています。

4月からの新しい環境にも少しずつ慣れ、ふらっとでの時間を楽しむ様子が見られます。笑顔で「こんにちは！」と来所してくれる姿に、スタッフも元気をもらっています。

5月からは外遊びを中心に、のびのびと活動していきます。一人ひとりの「やってみたい！」という気持ちを大切にしながら、安心できる居場所づくりを続けていきます。

気温差のある時期ですので、体調にも気をつけながら、元気に過ごせるよう見守ってまいります。ご家庭での様子など、気になることがあればいつでもご相談ください。

今月もどうぞよろしくお願いいたします。

今月の目標



お友だちと一緒に体を動かすことで、自然と笑顔が生まれ、楽しい思い出もたくさん増えていきます。外遊びの中で「ルールを守ること」「相手を思いやること」も、少しずつ身につけていく大切な経験です。

無理なく、楽しく続けられる運動を通して、子どもたちの心と体の健康を育んでいきたいとします。外遊びがもっと好きになれるよう、私たちも一緒に楽しみながら見守ってまいります！



困った時は…フラットに連絡を！

何かあったり困った時など、フラットに電話してくださいね！

☎ 011-206-6515





月間運動目標

走ること（基礎運動）

フラットでは、子どもたちが思いきり走ることで、運動能力を高める時間を大切にしています。走るとは、全身の筋肉を使い、体力を養うだけでなく、ストレスを発散する効果もあります。体を動かすことで、心がスッキリし、リフレッシュした気持ちで次の活動に取り組むことができます。

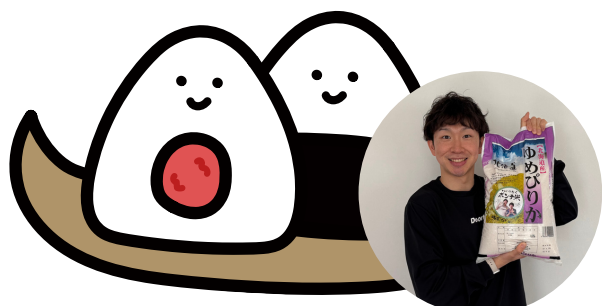
また、走ることによってバランス感覚や瞬発力、反射神経なども養われ、日常生活でも自分の体をうまくコントロールできるようになります。さらに、運動後は脳にも良い刺激が伝わり、集中力や記憶力が向上することが期待できます。

運動を通じて、体だけでなく心の健康も大切にしていきます。これからも、元気に走りながら、体と心を育てていきましょう！

イベント開催のお知らせ

5/24（土曜日）10時～15時

みや先生が農家さんと
作っているお米で



おにぎりを握ろう

6/22（日）11時～16時

みや先生！？

プロフットサル選手！？



NO.18

宮原 勇哉

MIYAHARA YUKI

みんなで応援しよう（親御様も参加可能）

応援は、心の力を解き放つ鍵だ！後日詳細発表

着替えのご準備をお願いいたします。

運動や外遊びを通して、子どもたちは毎日元気いっぱい活動していきます。その中で汗をかいたり、汚れたりすることもあります。快適に過ごすためにも、着替えのご準備をお願いいたします。

着替えをすることは、身だしなみを整えるだけでなく、自分で考えて行動する力や生活の自立にもつながります。また、清潔な服に着替えることで気分がリフレッシュし、その後の活動にも集中しやすくなります。

ご家庭でも予備の着替え（上下・下着・靴下など）をご準備いただけますよう、ご協力をよろしくお願いいたします。