

2025年

9

8月25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

食事の大切さ



フラットでは、子どもたちが元気いっぱい遊び、体を動かすために、「食事の大切さ」にも目を向けています。成長期の子どもたちにとって、毎日の食事は体を作るだけでなく、集中力や気持ちの安定にもつながる大切な要素です。栄養がしっかりとれていると、イライラが減ったり、ストレスが軽くなったりする効果も期待できます。

特に朝ごはんは一日のエネルギー源。ごはんやパンなどの主食に加えて、野菜や果物、たんぱく質をバランスよく取り入れることが、学習や運動への意欲を高め、より活発に過ごすためのポイントです。必要に応じて、子ども用のプロテインなどでたんぱく質を補うこともおすすめです。

「好きなものだけを食べる」から少しずつ「いろいろな食べ物を食べてみよう」という気持ちを育てることも大切です。食事を通して心も体も元気になるよう、これからも子どもたちの成長を見守ってまいります。

今月の目標



今月のテーマは「やってみるから始まる」です。

できないことは恥ずかしいことではなく、一歩踏み出して挑戦することで、新しい発見や達成感につながります。やってみることで、少しずつ自信や前向きな気持ちが育っていきます。

遊びや活動の中で、子どもたちは自分で考え、工夫しながら行動する経験を積み重ねています。その中で、「こうしたらできるかも」という小さな気づきや成功体験が、さらに挑戦する意欲を生みます。

お友だちと一緒に体を動かすことで自然と笑顔が増え、思いやりやルールを守る力も育まれます。失敗しても挑戦を続ける経験は、子どもたちの心と体の成長を支える大切な一歩です。私たちスタッフも一緒に楽しみながら、子どもたちの挑戦を温かく見守っていきます。



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

やってみるから始まる挑戦

失敗を恐れず、まずは「やってみる」ことこそが、挑戦の第一歩です。一步踏み出す経験を重ねることで、自分で考え、工夫しながら行動する力が自然と育れます。挑戦する中では「どうしたらできるかな？」と試行錯誤する力が養われ、少しずつ成功体験を積み重ねることで、自信や前向きな気持ちがぐんと強くなります。

そして、挑戦の中で感じる達成感や喜びは、子どもたちの意欲をさらに高めます。たとえうまくいかないことがあっても、「またやってみよう！」という気持ちを持ち続けることで、粘り強さや自己肯定感も育れます。挑戦することは、できないことを克服するだけでなく、新しい発見や学びにつながる大切なプロセスです。

イベント開催のお知らせ



＼ みや先生を、再びみんなで全力応援しよう！／

前回の観戦イベントでは、子どもたちも保護者の皆さまも大盛り上がり☆

アリーナに響く声援が、みや先生のプレーを後押ししました👏

そして——待ちに待った【第2回目】の観戦が決定！

フラットで子どもたちを笑顔にしてくれるみや先生が、Fリーグの舞台で再び全力プレー🏀👏

＼ 迫力ある試合展開に子どもたちの目がキラキラ☆

👉 家族みんなで一緒に応援できる貴重な機会です！

今回もスタッフ一同「全力応援」で臨みます

👉 ぜひご予約を合わせて、一緒に最高の1日を過ごしましょう！

🚩学校再開に伴うお願い🚩

いつもにじいろクラスフラット札幌の運営にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

新学期が始まりました。ご利用にあたり、学校の時間割のご提出をお願いいたします。送迎や活動準備を円滑に行うため、ご協力をよろしくお願いいたします。

また、欠席や送迎時間の変更につきましては、必ず前日までにご連絡をお願いいたします。当日の急な変更は、活動や送迎体制に大きな影響を及ぼす場合がございますので、重ねてご理解とご協力をお願い申し上げます。

ご不明な点がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。