



# 6月園だより

令和7年5月30日発行 ピッコロ保育園  
第70号



新年度が始まって、もうすぐ2ヶ月が経とうとしています。園庭や保育室からは、子どもたちの賑やかで楽しそうな声が聞こえてきて、「普通に生活できることのありがたさ」を日々、しみじみと感じています。幸せなときや嬉しいとき、人は自然と笑顔になります。でも、疲れているとき、つらいとき、大変なとき、忙しいときには、なかなか明るく笑顔ではいられないものです。

それでも、そんな時こそ「笑顔でいること」を意識してみると、少しずつでも心も身体も元気になっていくように感じます。笑顔を見て嫌な気持ちになる人はいませんし、笑うことで身体が活性化され、免疫力が高まり、自然治癒力もアップするなど、笑いにはたくさんの効能があるといわれています。

脳科学の分野でも、笑うことで「快ホルモン」と呼ばれるドーパミンが分泌され、活力が湧いてくることが分かっています。反対に、怒ったり強いストレスを感じたりすると、脳からノルアドレナリンという毒性のある物質が分泌されるともいわれています。

だからこそ、どんな時でも「笑顔」を忘れずにいたいものですね。今月もどうぞ宜しくお願い致します。



# おたんじょうびかい

〇〇ちゃん3歳おめでとう

♪フルーツポンチ体操

〇〇くん1歳おめでとう



おはなさん元気になったね☆

♪おはながわらった劇場

ハンドルを持ってレッツgo



♪野菜の苗を植えたよ♪



うさぎぐみ  
〇〇 〇〇くん 3歳

## 6月の行事予定

日時	内容
5日(木)	誕生会
6日(金)	避難訓練
10日(火)	身体測定
19日(木)	内科健診

## ♪今月のうた♪

- かえるのうた
- もりのくまさん
- しゃぼんだま
- かたつむり