



1月の予定



- 4日(火) 保育始め
- 5日(水) 職員会議(18:30~)
- 11日(火) 身体測定
- 19日(水) 職員会議(18:30~)
- 27日(木) 避難訓練

【1月7日は『七草』の日】

1月7日は、七草粥を食べて無病息災を願う日です。

無病を祈って七種類の野菜を粥に煮込んで神に供えるとともに家族で食べ、万病・邪気をはらうために行われた行事でした。

薬効のある野草は、お正月で疲れた胃腸をいたわる効果もあります。



保育園でも1月7日は、おやつで『七草クッキー』にさせていただきます。



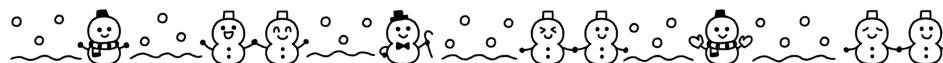
1月園だより

2022. 1. 4 小規模保育園南部町ベアーズ
園長 長谷川 享子

あけましておめでとうございます。

年が明け、子どもたちの元気な声が戻り、静かな園が一気に華やいています。本格的な冬を迎え、引き続き新型コロナウイルス、インフルエンザなどの感染症に警戒をしなければいけない季節です。本年も子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでいきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。

さて、いよいよ今年度も残り3か月となりました。こぐまぐみの子どもたちは、歯磨きやうがい、着替えなど自分でできることがたくさん増えてきました。うさぎ、りすぐみの子どもたちもこぐまぐみのお兄さん、お姉さんの様子を見たり、真似たり、また、「じぶんで!」「いや!」など意思表示も強くなってきました。子どもたちの意欲や好奇心を大切に、自分でできる喜びを感じられるように過ごしていきたいと思ひます。



☆おねがいとおしらせ☆

○1月に保育参加週間を設けたいと思ひます。詳細は後日お知らせいたします。コロナ禍ですので、密にならないようにしたり、問診票の記入をしていただいたりなど考えていきたいと思ひます。ぜひ、ご参加ください。



温かい汁物で 野菜を食べよう

冬は鍋料理やスープなどがおいしい季節です。野菜との相性も抜群です。野菜に含まれるビタミンCやカリウムは水溶性で、煮たりゆでたりすると溶け出してしまひますが、汁ものであればその栄養も一緒にとることができまひす。野菜は熱を加えると量が減るので、汁ものなら生で食べるより野菜を多く取りやすくなるという利点もあります。また、身体を温めることができる食材には、ニンジン・レンコン・ごぼうなど根菜類があります。旬の野菜をシチューやスープにして食べると身体がぽかぽかになりますよ。ご家庭でも取り入れてみてください。



☆おねがい☆

髪が長い子どもたちは髪を結んでこられたり、ピンでとめてこられたりするご家庭が増えてきました。

ピンどめは金具で危なく、髪を結ぶゴムも装飾があるものは危ないので、ピンどめ・装飾のあるゴムはして登園されないようにお願ひいたします。