

令和5年度

# 1月園だより

わかば保育園

あけましておめでとうございます

今年もよろしく申し上げます



新しい年の始まりに笑顔いっぱいの子どもたち。元気な声が園内に響き渡り、新しい一年がスタートしました。

今年辰年です。空高く昇ろうとする龍のように気持ちも上向きに、そして、エネルギッシュな一年になるよう子どもたちと一日一日大切に過ごしていきたいと思ひます。

又、インフルエンザなどの感染症に気を付けて、手洗いがい、室温管理などを徹底し、子どもたちが健康に生活できるよう努めてまいります。



## 保育目標



- ☆ 簡単な身の回りのことを自分でしようとする。
- ☆ 友達と一緒に協力し合い様々な活動を楽しむ。

## 1月の行事予定

【お正月あそび】・・・お正月ならではの伝承遊びを楽しみます！

【保育参観】・・・保育園での活動の様子を参観して頂きます。

子ども達の家庭では見られない一面が発見できるかもしれませんね！

【体操教室】・・・さくら組・ゆり組・もも組が参加します。

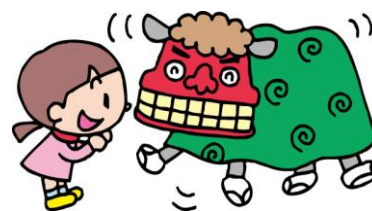
- ◎身体測定 ◎避難訓練
- ◎合同交通安全誘拐防止指導
- ◎誕生会

- ◎毎週1回・・・清潔検査、交通安全誘拐防止指導、石拾い
- ◎毎月1回・・・砂場掘り起し



## \*2月の予定

- ・「作品展」を予定しています。お楽しみに！
- ・新入園児オリエンテーション・健康診断





## お知らせ&お願い



\* 登降園時、送迎の車で門前付近が大変混雑し危険です。事故防止のため送迎は速やかにして移動するようご協力よろしくお願いたします。

### 保育料の納入期日を必ず守りましょう。

支払は口座振替になります。1月分は1月31日（水）が振替日です。残高のご確認をお願いします。

### たくさんの願いを込めた おせち料理

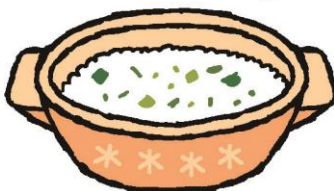
おせち料理は、地域や家庭によって異なりますが、お料理や食材一つ一つにしっかりと意味が込められています。年の初め、家族で「これにはこんな意味があって……」とお話しながらいただくのもいいですね。

- 数の子**：数の子のたくさんの卵に、子孫繁栄の願いを込めた。
- なます**：色の白いダイコンのように清らかな生活を願って。大地に根を張るダイコンのように家の土台がしっかりして栄えるようにという願いも。
- 田作り**：昔、田んぼの肥料にしたコイワシを干した物。稲の豊作を願って「田作り」という名前に。
- 伊達巻**：昔の巻物にかけ、文化の発展を願う。
- エビ**：エビの背のように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いを込めた。
- 昆布巻き**：「こぶ」を「よろこぶ」とかけ、おめでたい物とされた。
- 黒豆**：家族みんながまめめしく働き、元気に過ごせるようにと願いを込めた。
- きんとん**：金団と書き、財宝という意味。豊かな生活が送れますようにと願いを込めた。

※おせち料理の意味や由来は諸説あります。

## 七草がゆ

お正月はごちそうを食べて、おなかが少々疲れ気味。そこで、7日にはビタミン豊富な七草がゆをいただきます。最近ではスーパーなどでも七草がセットになって売られているので、手軽に楽しめるようになりました。調理の前に、お子さんと一緒に「春の七草・名前当てクイズ」をするのもいいですね。



- セリ
- ナズナ
- ゴギョウ
- ハコベラ
- ホトケノザ
- スズナ
- スズシロ



## 寒さに負けない 体づくり!



もうすぐ大寒（毎年1月20日頃）。一年でいちばん寒さが厳しくなる時期です。気温が低く、空気が乾燥するこの時期は、インフルエンザや感染症にかかりやすくなります。体を元気にする食事をとって、寒い冬を乗り切りましょう。

### タンパク質…魚や大豆製品

ウイルスをやっつける白血球はタンパク質から作られます。積極的に取り入れましょう。



### ビタミンA、C…緑黄色野菜や果物

ウイルスに対する抵抗力を強くする働きがあり、免疫力がアップします。

