



2月えんだより

令和 8年 2月 1日
認定こども園 清心保育園
竹田 智恵子



暦の上では「春」になる2月ですが、まだまだ寒い日が続いています。子どもたちは、ひんやりした空気を肌で感じたり、吐く息の白さを楽しんだり、身体で季節を感じながら過ごしています。大人になるとつい、気温が低い日は、室内にこもっていたくなりますが、耳や鼻を赤くしながら元気に遊ぶ子どもたちを見ていると、私たちも寒さに負けてられない気分になります。感染症に気を付けながら、今月も楽しく過ごしていきたいと思っています。

早いもので、各クラスでの生活も残り2ヶ月となりました。異年齢児との交流をしたり、生活面の見直しをし、一人ひとりの成長が確実なものになるように関わっていき進級・卒園への気持ちも高めていきたいと思います。

保育の目標

- ☆一人ひとりの健康状態に留意し、寒い時期を健康に過ごせるようにする。
- ☆自然に触れながら、寒さに負けず元気に遊ぶ。
- ☆友だちや異年齢児との関わりを楽しむ。

鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりを放っておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、他の病気の原因になることもあります。もし、気になるようでしたら早めに病院を受診しましょう。そして、鼻水が出たら拭く、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し知らせていきましょう。

おなかがすくと、力がでない

忙しい朝、ついお菓子やジュースで済ませてしまったり、朝ご飯を食べないという生活になってはいませんか？ 朝ご飯を食べないと、すぐにお腹がすいたり、疲れが出て集中力が低下したりします。身体に必要なエネルギーが不足すると脳が疲れサインを感じ、身体の動きを抑制してしまうのが理由です。毎食食べて、元気に過ごせるようにしましょう。



行事予定

| | |
|--------|--------------------|
| 3日(火) | 節分 |
| 13日(金) | ふれあい交流会 (さくら組) |
| 16日(月) | 卒園記念写真撮影 (さくら組) |
| 19日(木) | 園児健康診断 |
| 20日(金) | お楽しみ会 |
| 未定 | 避難訓練 |

節分

「鬼は外！福は内！」2月3日は節分です。節分というのは古くから季節の分かれ目を表し、この日を境に”春”になります。なぜ節分に鬼退治をするのでしょうか？季節の変わり目と言えば体調を崩しやすく、今のように薬がたくさんなかった時代には命を落とす人もいました。そこで病気や悪いものを”鬼”に例えて豆まきをし、一年の厄を払うことが始まりとされています。園でも豆まきをする予定です。この時期ならではの遊びを楽しむことで、季節の移り変わりや昔からの風習・伝統を子どもたちに感じてもらえればと思います。

感染予防対策

インフルエンザなどの感染症の予防に大切なのは「湿度」を保つことです。冬は暖房器具を使うので湿度が下がりがちです。出来るだけ湿度を60%以上に保てるようにしましょう。加湿器がなくても、水に濡らしたタオルをハンガーにかけておくだけでも加湿効果があります。

手洗いのポイント

石鹸を使って、丁寧に指の間・爪の中・手首までしっかりゴシゴシしましょう。

うがいのポイント

少し長めに「ガラガラ」「ブクブク」しましょう。