



# 1月えんだより

令和 4年 1月 4日  
認定こども園 清心保育園  
竹田 智恵子

## あけまして おめでとうございます



今年一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔がたくさんになりますよう、お祈り申し上げます。

新しい年を迎え、職員一同気持ちも新たに、子どもたちと楽しく過ごし、成長の手助けをしていきたいと思ひます。

また、進級や進学までの残り3ヶ月を、より一層充実するよう保育していきたいと思ひます。今年もどうぞよろしくお祈りします。

### 保育の目標

- ☆冬の健康生活に留意し、元気に過ごせるようにする。
- ☆寒さに負けず、戸外で全身を使って遊ぶ。
- ☆冬の自然に触れる。



### 生活リズムをとりもどしましょう！！

楽しいお正月休みのなかで、ついつい夜更かしや朝寝坊になっていませんか？  
洗顔や歯磨きはできていますか？  
時間をしっかりと意識して、規則正しい生活ができるようにしましょう。



### 野菜を食べよう



ミカンやハクサイ・ダイコンなどに含まれるビタミンCは、風邪の予防に効果があると言われています。また、ホウレンソウやニンジン・ニラなどに含まれるビタミンAは、のどの粘膜を強くする効果があります。  
ご家庭でも、積極的に野菜を取って、風邪の予防をしていきたいですね。

### 行事予定

1日(土) ~ 3日(月)	お正月休み
11日(火)	鏡開き
26日(水)	お楽しみ会
未定	避難訓練

### 鏡開き



1月11日は、鏡開きの日です。鏡餅を食べると、その1年は健康に暮らせると言われています。園では、11日に玄関に飾っていた鏡餅で”ぜんざい”を作ります。願いを込めて、子どもたちといただきたいと思ひます。

### スキンケア

寒くなると、肌の乾燥が気になりますね。これは、汗の量が減って空気が乾燥し保湿力も低下するためです。そして、肌が乾燥するとかゆみも出てきますね。肌に優しい素材の服を着たり、保湿剤を塗ったりしてスキンケアをしていきましょう。暖房がついている部屋での乾燥にも気をつけていきましょう。

### お楽しみ会



12月24日のお楽しみ会で、さくら組さんはハンドベル演奏を、ばら・すみれ組さんは遊戯を披露しました。  
1月7日迄、YouTube配信していますので、見られてくださいね。