



2月えんだより

令和 4年 2月 1日
認定こども園 清心保育園
竹田 智恵子

2022年がスタートしてはや一ヶ月。新型コロナウイルスのニュースを見ない日はなく、引き続き警戒をしながらの日々がしばらく続きそうです。そんな状況の中でも日々成長を見せる子どもたちの姿がとても頼もしく感じられます。感染症対策へのご協力をお願いする中ではありますが、引き続き子どもたちの健康管理、安全対策にしっかりと取り組んでいきたいと思ひます。

寒い日が続いていますが、子どもたちは戸外でかけっこや鬼ごっこを楽しんでいます。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も元気に遊ぶ子どもたちを見ていると、職員も寒さに負けていけない気分になります。

今月は、異年齢児との交流をしたり、生活面の見直しをして、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ひます。

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。



バランスよく食べよう

食べ物は「赤」「黄」「緑」の3つのグループに分かれています。

赤は骨や肉になるもの（肉・ハム・魚・卵・牛乳・豆腐など）、黄は身体を動かす力になるもの（ご飯・パン・うどん・ジャガイモ・バターなど）、緑は身体の調子を整えてくれるもの（ホウレンソウ・ブロッコリー・ニンジン・ダイコン・りんごなど）です。この3色を意識しながら、バランスよく食べるよう心掛けましょう。



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、鼻水が出たらふく、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。

行事予定

3日(木)	節分
17日(木)	園児健康診断
25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、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、一年の厄をはら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ひます。

大豆パワー

大豆にはどんなパワーがあるか、ご存知ですか？お肉や卵に負けないたんぱく質や鉄・カルシウム・食物繊維など自然のバランス栄養食なのです。大豆からできる食材には、煮豆・豆腐・納豆・醤油・きな粉・おから・ゆばなどがあります。ぜひ色々な食材から大豆パワーを吸収して元気に過ごしましょう。