



1月えんだより

令和 5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



年末年始は、ご家族でゆっくり過ごされたかと思います。また、いつもの生活リズムをしっかりと作りながら、健康に楽しく過ごせる環境を作っていきたいと思います。

1月は、寒さも本格的になってきますが、身体を動かしたり、自然と関わりながら充実した活動を行っていききたいと思います。

早いもので、今年度も残り3ヶ月となり、何かと慌ただしく過ぎてしまう時期ですが、一人ひとりの姿を丁寧に見つめゆとりをもって過ごしていきたいです。

今年も、子どもたちにとって楽しい保育園となるよう、職員一同頑張っていきますので、よろしくお願いいたします。

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？

洗顔や歯磨きは出来ていますか？

時間をしっかりと意識して、規則正しい生活が出来るようにしましょう。

身体に優しい入浴法

お風呂に入るときは、まず何をしてから入りますか？急に身体を湯舟につけてしまうのではなく、まずは掛け湯をしてみましょう。そして足から腰・肩にかけていきます湯舟で身体を温めた後は、優しく身体を洗います。そしてもう一度湯舟につかっから出ましょう。身体や髪の毛をしっかりと拭いて、水分補給も忘れずに！

行事予定

11日(水) 鏡開き
20日(金) もちつき
25日(水) お楽しみ会

未定 避難訓練

※もちつきは20日に実施します。
保護者・乳児(つぼみ・たんぽぽ・もも組)の参加はありません。

鏡開き

1月11日は、鏡開きの日です。鏡餅を食べると、その一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”をつくります。願いを込めて、子どもたちといただきたいと思っています。



鼻水がでるとき

かぜやウイルスや細菌が入ってくると、鼻の粘膜がはれて、いつも以上の鼻水を出します。透明の鼻水が出ると、かぜのひき始めといわれています。また、黄色の鼻水が出ると、ウイルスとたたかっているということになります。鼻水の色でも判断できます。栄養や十分な睡眠をとって元気な身体で過ごせるようにしましょう。