1月 サクラだより

令和4年1月5日

Happy New Year!!!

新しい年を迎え、いつもより少し長いお休みを、皆様いかがお過ごしでしたでしょうか。親子での時間をゆっくり楽しみながら、その会話ややりとりからお子さんの成長をしみじみと感じられたご家庭も多かったと思います。

いよいよ今年度も残すところ3か月となり、次に進む前の見直し、積み重ねの時期になりました。「あと少し頑張りたい！」「やってみたい」という好奇心や意欲を受け止め、大切にしながら、子どもたちが自信を持ち自分の力を発揮していける様、一人ひとりに言葉をかけていきたいと思います。

今年も子どもたちの心身共の健やかな成長を願い、職員みんなで力を合わせて取り組んでいきます。どうぞよろしくお願い致します。

園長　松原　美砂紀

1月の予定

6日　みかん拾い

7日　英会話

13日　身体測定

27日　避難訓練

22、29日の土曜日は
お弁当の日です

コドモンの導入に伴い、保育士たちも不明な点が多々あり、ご迷惑おかけすることがあるかもしれません。ご協力のほどよろしくお願い致します。

1月から登園、降園の時は iPad で打刻をお願い致します。

ご意見・ご要望コーナー

ご意見・ご要望は特にありませんでした。

～うがいで風邪予防～

ウイルスに負けない体を作る為には日頃から充分な栄養と休息を取る事が大切ですが、乾燥しやすいこの時期は特に部屋の湿度を保つこと（出来れば45～60％位）やこまめなうがいで喉の粘膜を守る事を心掛けましょう。まだうがいが出来ない小さなお子さんの場合には、緑茶を飲むだけでも予防になります。緑茶の中には、殺菌効果の高い「カテキン」やビタミンCが含まれており、喉の粘膜を守ったり修復する効果があります。是非お家でも実践してみてはいかがですか？

～幼児期の食事バランス～

幼児期の食生活は、その後の味覚形成にも影響します。好きな物ばかりの偏食やファーストフードばかり食べていると、幼児肥満にも繋がっていきます。大きくなってからの様々な病気にも繋がってしまうので、バランスのとれた規則正しい食生活が大切です。

◎料理は大皿盛りにはせず、バランスの良く食べられる様工夫しましょう。野菜料理が苦手な子もいますが、食べやすいように調理することが大切です。

◎やわらかい献立（カレーやハンバーグ）だけでなく、良く噛める玄米、ごぼうなどの根菜、海藻、きのこ類なども取り入れましょう。噛む事でお腹も満たされるので、噛める食材を選んであげましょう。

クラス報告

そらぐみ（0歳児）	ほしぐみ（1歳児）	つきぐみ（2歳児）
出来ることがどんどん増えているそら組さん♪全員で床に座って読み聞かせを聞くこともできるようになり、クラスとしてまとまりをもち始めてきていますよ！悪天候で部屋で過ごすことが多くなってますが、シール貼りやクレヨン等を使ってお絵かきに挑戦して日々、楽しめるよう工夫しています☆自分でやりたい気持ちが強くなってきたので、その気持ちを大事にしていきたいです。 りか先生	今年もよろしくお願いします!! 一人ひとりが好きな遊びを見つけて遊んでいたほし組さんでしたが、12月は友だちの名前を呼び、一緒に楽しさを共感する姿が見られてきました。小さなことでも、顔を合わせ、笑っている子どもたちを見ると私たちまでうれしい気持ちになります。日々小さな成長を感じてほっこりしています♪ まさこ先生	12月後半にようやく雪が積もり、楽しみにしていた雪遊びを行うことが出来ました。みんなで雪の上で寝転んだり、山でおしり滑りをしたり目一杯楽しむことが出来た12月でした☆年が明けるといよいよ残り3ヶ月の園生活。年末年始のお休みに新しい園の入園に向けて準備を少しずつ進めていけたら良いですね！ ゆり先生