



ぷれいだより



新春のお慶びを申し上げます

お正月休みはいかがお過ごしでしたでしょうか? 「おばあちゃん家にいったよ」「おもちゃたくさん食べたよ」「凧あげたよ」などなど嬉しいお話が聞こえてきそうです。子ども達にとっても幸せな一年のスタートが切れたのではないのでしょうか。園でも福笑い、カルタ、鬼火焚きなど、この時期ならではの遊びや行事を取り入れ日本の四季を感じてもらいたと思います。

お正月休み明けは生活のリズムが崩れてしまう子どもでできます。早寝早起き、朝食を食べる、湯船につかる、ウンチをしっかりとするなど健康的な生活を改めて見直していきましょう。毎日を元気に過ごせるよう日々の生活リズム作りをご家庭でもよろしくお願ひいたします。また衣類は「脱着がしやすいもの」「薄手の動きやすいもの」をお願いします。サイズの小さいものは子ども達も自分でやろうとする気が失せてしまいます。また子ども達は遊び回るとすぐに汗ばんでしまい風邪を引いてしまいます。体温調整のしやすいものをご準備下さい。寒い季節は空気が乾燥して肌も乾燥してしまいます。子供の肌は大人に比べると皮脂の分泌が少なく敏感なので余計に肌荒れやあかざれ、痒みが起こりやすいのです。肌に優しい素材の服を着たり、手洗いや入浴後はクリームやオイルなどでスキンケアをしたりしましょう。

新しい一年が、お子様たち、そして保護者の皆様にとっても笑顔であふれる1年になりますようお祈り申し上げます。体調管理など十分配慮しながらみんなで過ごしていきましょう。本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

1月のうた

♪たこ
♪ゆきのペンキ屋さん
♪雪のこぼろず など・・・



<今月の目標>

- *生活リズムを整えながら、寒い中でも元気に過ごす。
- *季節の行事や遊びに興味を持ち、歌や製作などを楽しむ。



今月の行事予定

- 4日 お弁当の日
- 7日 七草がゆ
- 12日 (予定) 鬼火焚き
- 20日 交通安全教室
- 21日 身体測定
- 26日 避難訓練



お誕生日おめでとう!



ヤギさん大好き! 活発で元気な男の子です!

根菜を食べよう ● 身体が冷える冬には、根菜を食べましょう! 根菜には身体を温める作用があるんです。人参・ごぼう・かぶ・さつまいも等の旬の野菜をシチューやスープなどにして食べると美味しく身体もポカポカになれますよ。



今月の12日に予定している「鬼火焚き」は、門松など正月飾りを燃やした火にあたり一年の無病息災を祈念します。青竹が破裂するとみんなで「鬼の骨ー!」と叫びます。

「おんのほね」とは、源頼光が鬼退治で鬼の腕骨を焼いたという故事にちなんで竹が割れる音を骨が弾ける音に擬えて鬼が天に昇ることで「今年がいい年になりますように」と言う願いを込めたそうです。

またみんなで書いた書初めを火に入れます。その紙や灰が高く舞い上がると書道が上達すると言われています。

