

1月 園だより

沖縄も冬が到来し朝・晩の寒さが増してきましたが、室内では遊びに夢中の子どもたちが元気に過ごしています。室内は暖かく、長袖・長ズボンで過ごしていると汗をかいています。半袖・半ズボンで過ごし、散歩に行くときには、重ね着をするなど寒さには負けない体力もつけていきたいと思ひます。

今年度は、新型コロナウイルスの流行により、今までとは違う年となりましたが、感染対策に気を付けながら、楽しい園生活をしていきたいと思ひます。今後も、ご協力・お願ひします。

この年、たくさんの成長を見せてくれた子どもたち。新年には、元気な姿をみせてくれることを楽しみにしています。来年も宜しく、お願ひします。よいお年を お迎えください。



今月の目標

- ★ 生活リズムを整えながら健康で、快適に過ごす。
- ★ 保育者や友だちと、ふれ合いつながら、伝承あそびを楽しむ。



- ★ 十二支のうた
- ★ こんこんくしゃん
- ★ たこのうた

今月の行事予定

- 7日(木) マラソン大会
 - 21日(木) お弁当会
 - 23日(土) 生活発表会
 - 26日(火) 修了写真撮影
 - 27日(水) 誕生会
- ※ 状況に応じて変更あります。
- ※ 避難訓練は某日おこなわれます。
- ※ お休みの日も、園に連絡を取りたい方は (Email: ichigoe@woody.ocn.ne.jp) まで、お願ひします。

1月生まれのお友だち

① ちゅうりっぷぐみ
 おくま れいごん
 ② ゆりぐみ
 あらかき かなたさん
 しろま のぞむさん
 ③ ひまわりぐみ
 たまよせ ふゆきさん
 まつた えまさん

気温が下がり、空気が乾燥するにつれ、心配になるのが、かぜやインフルエンザの流行です。この時期は、うがいや手洗いを徹底し、予防に細心の注意を払いましょう。免疫を高める1つの方法として、体が冷えない食べ方があります。

★ 朝食をとる。 (体温の低い朝は、朝食をとることで、体内で熱を生み出します。)

★ 旬のものを食べる。 (自分が生活している土地で、その時期とれたものを食べる。)

★ 冷たいものを控える。 (冷たいものは、胃腸の働きを弱めます。これから活動して体温が上がる朝食時に、果物をとると良いでしょう。)

★ 体を温める食べ物をとる。 (しょうが、ねぎ、にら、さんしょうなど、体を温める働きのあるものを積極的にとりましょう。)

免疫力を高め、ウイルスから体を守りましょう!!
 元気いっぱい、笑顔いっぱい、一年にしましょう!!