H31.1.4. ばら組

1月 ばらだより

明けましておめでとうございます。

北寄りの風が冷たく、低温・乾燥の天候が
続きますが、寒さに負けず、戸外遊びを積極的に
取り入れながら、丈夫な体を作っていきましょう。
また、ばらぐみも残すところあと3か月ですね。
自分の身の周りのことは、自分で出来る!
と自信を持って進級できるよう
1つひとつの事を丁寧に見直しながら
すごしていきたいと思います。

1月の行事

7日(月)…身体測定
8日(火)…キッズふれ愛広場
12日(土)…誕生会
26日(土)…保育参観&
親子給食会
未定日…避難訓練

2月の予定
8日(金)…誕生会

早寝・早起き・朝ごはん

充分な睡眠時間と朝ごはんを食べることは、
子どもの成長と病気に負けない身体づくりに必要不可欠です!
みんなで健康な強い身体づくりを目指しましょう!

おしらせ

✱1月より少しづつ午睡の時間が短くなります。
ゆりぐみでは午睡をしませんので、少しづつ
進級に向けてゆりぐみの生活リズムに
近づけていきたいと思います。

体調管理に気をつけましょう!

1月・2月・3月と季節の行事など楽しいことが
沢山ですが、感染症も流行る時期です。
病後、無理をすると体調が悪化する場合も
ありますので、お子様の体調と気持ちを合わせて
ご対応をお願いします。
また、毎朝の検温は、お子様の体調を知るための
大切な情報となりますので、引き続き
ご協力よろしくお願いいたします。

園長のつぶやき

君がため　春の野に出でて　若菜摘む
　我が衣手に　雪はふりつつ　光孝天皇「古今集」百人一首

「春の七草」は、ビタミンやミネラルが豊富で、
効能があると云われます。

・せり〔解熱、整腸、利尿、血圧降下〕
・なずな〔利尿、解毒〕
・ごぎょう〔咳、痰、喉の痛み〕
・はこべら〔胃炎、歯槽膿漏〕
・ほとけのざ〔食欲増進、歯痛〕
・すずな(蕪)〔整腸、消化促進〕
・すずしろ(大根)〔風邪予防、美肌〕

お正月の飲み過ぎ、食べ過ぎケアには最適の「七草粥」ですね。
平成最後の年を、健やかにお過ごし下さいますよう願っております。

英語教室
毎週水よう日
23日・30日

体育教室
毎週木よう日
17日・24日
31日