



くすのみ11号

R6. 1. 31

今年度も残りわずかになりました。進級・卒園に向けて、子どもたちの心が動き、成長する大切な時期です。睡眠や衣服の着脱、歯磨きや排泄の習慣、栄養のバランスのとれた規則正しい食事など生活リズムをひとつひとつ見つめ直してみましょ。

心身ともに健やかで充実した時間を積み重ねられるようにしたいと思います。



2月行事予定

- 5日(月) スイミング
- 7日(水) 体育教室
- 11日(日) 建国記念日 ✕
- 12日(月) 振替休日
- 14日(水) 体育教室
- 19日(月) スイミング
- 21日(水) 体育教室
- 23日(金) 天皇誕生日 ✕
- 26日(月) スイミング
- 28日(水) 体育教室



3月行事予定

- 4日(月) スイミング
- 5日(火) お遊戯会
- 6日(水) 体育教室
- 11日(月) スイミング
- 13日(水) 体育教室
- 18日(月) スイミング
- 20日(水) 春分の日 ✕
- 25日(月) スイミング
- 26日(火) 卒園式
- 27日(水) 体育教室

※仲良し保育

3月27日(水)~3月30日(土)の予定



おゆうぎ会のお知らせ

日時：3月5日(火)
場所：楠の実保育園 2F
集合：8時30分
開会：9時

お遊戯会当日は緊張してしまう子どもたちもいるかと思いますが、一生懸命頑張っている姿をぜひ、沢山の方に見て頂けたらと思います。皆様、お誘い合わせの上お越し下さい。お待ちしております。

※衣装の準備など、各クラスでお願いすると思いますのでご協力をお願いします。



節分

節分はむかし、季節の分かれ目のことをいいましたが、その中で新しい年のこの日だけが「節分」として残りました。

豆まきは節分の夜に豆をまいて邪気を払い、無病息災を祈る行事です。豆には芽を出し、ぐんぐん伸びていく力がありますから、

その豆で邪気の代表である鬼を追い払うのです。この日、豆を年の数だけ食べると、一年間健康で過ごせるといふ伝えもあります。又、節分に「恵方を向いてのり巻きを丸かぶりする」習慣もありますが、のり巻きには「福を巻き込む」、丸かぶりするのは「縁を切らない」意味が込められているようです。園では「おせ引き鬼よ出ていけ」「泣き虫鬼よ出ていけ」「いじわる鬼やおこりん坊鬼よやましくなれ」等々子どもたち一人一人の健やかな成長を願って豆まきが行われます。



風邪予防

インフルエンザや風邪が流行する時期になりました。風邪を予防するためにはウイルスに負けないように、しっかりと体力をつけておくことです。又、食事、睡眠など、毎日の生活リズムを整え、手洗い、うがいの他、人ごみを避けるなど、日常の中で細やかな注意が必要です。

風邪に対する抵抗力をつけるために、ビタミンCやビタミンAが豊富な食品を努めてとり、喉や鼻の粘膜を丈夫にして風邪のウイルスを侵入させないことが日常の心得。又、風邪の予防として、ガムを噛むことで分泌される唾液に、空気中にまん延するウイルスの侵入を防ぐ役割があるみたいです。

今年度も残りわずか！風邪を予防して、元気に春を迎えましょ。