

寒い日が多くなり、子どもたちも室内であそぶことが増えてきていますが、室内あそびばかりでは、丈夫な身体作りはできません。寒い時こそ外に出て、走ったり、身体をしっかりと動かしたりしてあそび、身体の内側から温まれるように活動していきたいと思ひます。寒いからと厚着をしていると、すぐに汗をかいてしまい風邪をひいてしまいます。なるべく薄着で過ごす習慣をつけましょう。また、手洗い、うがいを習慣づけ、生活リズムを整えて、寒さに負けないようにしましょう。

とんどについて

1月11日(木)10時より「とんど」を行います。1年間の「無病息災」を願ひ、「とんど」の残り火で焼いた、お飾りや書初めの灰を額につけたいと思ひます。お飾りのある方は11日(木)の朝、保育園に持ってきてください。焼いた灰は玄関に飾ったり、自宅の周辺にまくと、その年の病を除くといわれています。当日、少しですが灰を持ち帰れるように玄関に用意したいと思ひます。

※お飾りの燃えない部分は取り外して持ってきてください。

おしらせ

12月30日(土)～1月4日(木)までは、年末年始のため休園とさせていただきます。引き出しの着替えは全クラス持ち帰りますので、名前やサイズの確認をお願いします。黄・桃・赤・りんご組さんは午睡用の布団も持ち帰りますので、洗濯をお願いします。

なお、12月29日(金)、1月5日(金)1月6日(土)は給食室の大掃除を行いますので、登園されます方はお弁当をご持参ください。

今年もお世話になりました！

今年も残すところあと数日となりました。今年一年間、保護者の皆さまには、保育園の活動にご理解とご協力を頂き、大変お世話になりました。来年も子どもたちが成長していけることを第一に考えて、保育をしていきたいと思ひます。

良い新年をお迎えください。



1がつのえんだより

第71回生活発表会について

第71回生活発表会を下記日程により開催します。是非、皆さん子どもたちの頑張る姿を見に来て下さい。

☆日時 令和6年2月3日(土) 8:45～12:45の予定です。

第1部 【桃・赤組】

第2部 【白・緑・黄組】

☆場所 作陽保育園 遊戯室

※第1部と第2部で入れ替えを行います。

【りんご組】※発表会当日は家庭保育へのご協力をよろしく
お願いします。

事務所前の廊下に、写真を掲示しますので、ぜひご覧ください。

発表会に向けての取り組み

◎1月26日(金)発表会リハーサル

◎1月30日(火)発表会リハーサル

※詳細については、後日、文章にてお知らせします。



1月生まれのお友だち



社会福祉法人 作陽保育園
令和5年12月22日発行

心のページ

私のからだよ ありがとう

人間のからだほど不思議で、すごいものはありません。殆んどの人が、元気であるときは当たり前と思ひ、からだのことを気にもとめません。いったん病気になると、どうして私のからだはこうなんだろう、と恨みの感情をもつことさえあります。わが子のからだに対しても同様です。これは、本当のからだのはたらきを知らないからです。

先日、京大の先生たちが3-4才の園児を調査したところ、「かんしゃくもち」とか「気分やさん」など感情制御ができてにくいこどもは、多くが偏食でカボチャなど緑黄色野菜をあまり食べていない傾向があることがわかりました。このようなこどもたちの腸内細菌は、ある特定の菌が多く、それは大人になっても変わらず、脳の正常な発達に影響する可能性が考えられるとしていいます。

テレビなどのコマーシャルに左右されてはいけません。食事の基本は、多くの種類の野菜、果物、穀物、魚などを一週間の献立に入れ、大人もこどももたべることです。すると、いろんな栄養素を胃や腸のはたらきで必要なものはすべて吸収し、健康なからだを造ってくれます。このようなはたらきを四六時中、休むことなくやってくれているのが私たち人間のからだなのです。病気は、からだのどこかに不具合のところがあるとの内からの信号です。

このようなありがたいからだに対して、たまには、私のからだよありがとう、と手を合わせたいものです。

