

2月 たいようっこだより

令和6年2月 北今泉保育園

「鬼は外～、福は内～」もうすぐ節分、暦の上ではもう春とはいいますが、まだまだ寒さが続いています。子ども達は寒さなんかへっちゃらのようで、園庭からは鬼ごっこをしたり、三輪車やキックカーに乗ったりして遊ぶ元気な声が聞こえてきます。ぽかぽか陽気の春が来るのが楽しみです。

現在、県内ではインフルエンザやコロナや胃腸炎などの感染症が流行しています。できるだけ人ごみを避け、出かけるときはマスクをつけたり、外から帰ったら手洗い、うがいをしっかり行ったりして、身近なことから予防していきましょう。

行事予定

1日	木	安全点検・園内整備
2日	金	豆まき
6日	火	体育あそび(年長・年中)、身体計測(未満児)
7日	水	身体計測(以上児)
8日	木	避難訓練(火災)
9日	金	誕生会・エコ活動、お楽しみ給食
14日	水	大久保小見学・交流(年長)
15日	木	英語遊び、安全点検・園内整備
17日	土	保育参観
20日	火	体育あそび(年長・年少)
27日	火	リズム・わらべうた遊び

おたん生日おめでとう

こんどう かなた さん (1さい)
 しげる さくま さん (1さい)
 いけがみ まさや さん (4さい)
 ひだか しずく さん (4さい)
 いわきり みゆり さん (4さい)
 ほりのうち あやな さん (6さい)
 ひだか あのん さん (6さい)
 よこやま きい さん (6さい)

保育参観

2月17日(土) は保育参観となっています。

子ども達の園での様子をご覧になり、この一年間の成長を感じていただけたらと思います。ぜひご参加下さい♪



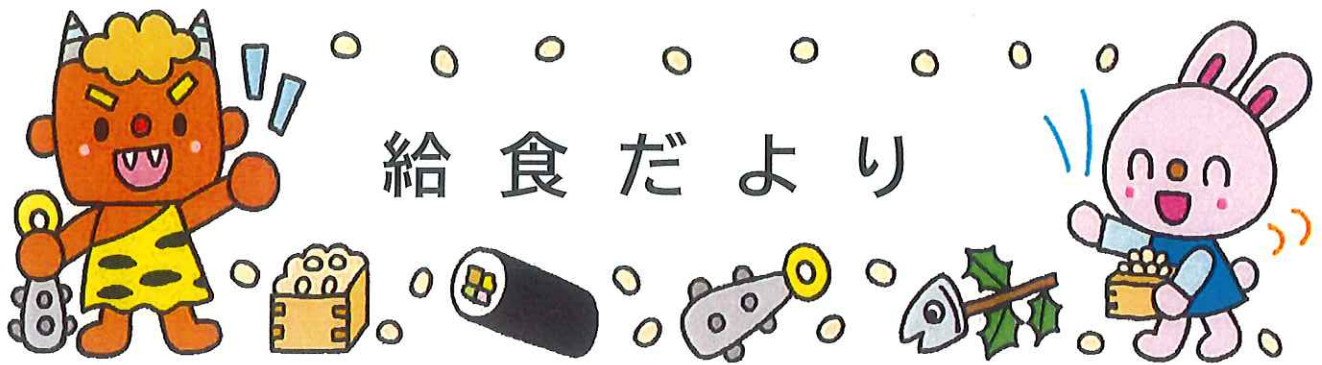
おしらせ・おねがい

- 3月1日(金)はお別れ遠足を予定しております。お弁当・水筒の準備をお願いします。詳細は後日、お知らせいたします。
- 3月9日(土)は卒園式を予定しております。ぞう組園児と卒園児の保護者のみの参加となっております。



☆ 第3回奉仕作業の日程

3月1日(金) 17:30～18:30
 (長子がぱんだ組・うさぎ組のご家庭等)
 よろしく願いいたします。



給食だより

《給食目標》 食べる力を育てよう

大寒が過ぎ、節分のは立春です。

徐々に日が延びて、春になる準備がはじまります。この時期は季節の変わり目で不順な天候が続きますが、温かい食べ物でしっかり体力をつけて、感染対策を行い、元気に過ごしましょう。



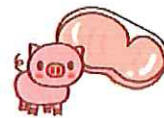
丈夫な体をつくる食べ物

病気から子どもの体を守るために、食生活で免疫力を高めましょう。

朝は味噌汁や納豆など発酵食品を含むメニューで酵素をとりましょう。

毎日の食事には卵、魚、肉、大豆製品などのたんぱく質を多く含む食品をバランスよく選びましょう。また、野菜や果物からビタミンの摂取を忘れずに。

冬は1日1個、みかんを食べることで手軽にビタミンCを摂ることができます。



花粉症に効果的な食べ物

野菜類や青魚を食べることは花粉症の病状を抑える効果があるとされています。また、しそや甜茶、ヨーグルト、緑茶なども病状の緩和が期待される食品といわれています。

効果には個人差がありますが、食事にこれらの食品を取り入れてみるのも花粉症対策のひとつです。



2024年、今年の方角“恵方”は《北東北》です。家族みんなで恵方巻食べられるといいですね。



1月25日年長さんかるた大会にお出かけしました。幼稚園で昼食をとることになったので、その日の献立メニューと保育園で穫れた大根の浅漬けとさつま芋の甘煮をいれてあげました。子ども達が喜んでくれたのでよかったです♪