






暦の上では春ですが、寒い日が続き、暖かい春の日差しはまだ少し遠いようです。早く春が訪れてくれると嬉しいですね。でも、子ども達は冷たい風にも負けず元気いっぱい！子ども達の明るい声が、室内を暖かくしてくれていますよ。今月は節分があり、園でも行事を予定しています。この時期ならではの遊びを楽しむことで、季節の移り変わりや昔からの風習、伝統を子ども達に感じてもらえればと思います。

また新型コロナウイルス感染ですが、ニュースで見ない日はなく、引き続き警戒しながらの日々が続きそうです。しっかり子ども達の健康管理・安全対策に取り組んでまいりたいと思います。

 いろんなことが自分で出来るようになり意欲に満ちあふれている子ども達！頼もしく感じます。残り2カ月となりましたが、コロナに負けず元気に楽しく過ごしたいと思います。

 登園時は、手洗いをしてオムツマットを片付けたり、外で遊んだ後は靴を片付け、コートを掛けたりと、身の回りのことが自分で出来るようになってきました。一つ一つ物に名前があるか、再度確認をお願いします。

 お部屋は床暖やエアコンで十分暖かくなっています。長袖の肌着や裏起毛の上着やズボンなど、厚着にすると汗をかいて体が冷えてしまいます。薄着に心がけましょう。

食育

＜恵方巻＞



節分の日には昼食に巻き寿司（細巻）を食べます。かほく保育園は小さい子ども達なので、全面海苔は使用せず、刻み海苔と白胡麻を使って、巻き寿司を提供しています。福を呼び込み素敵な一年の始まりにしましょう。

＜バランスよく食べよう＞



食べ物は「赤」「黄」「緑」の3つのグループに分かれます。赤のグループは骨や肉になる食べ物（肉・ハム・魚・卵。牛乳・豆腐など）黄グループは体を動かす力になる食べ物（ご飯・パン・うどん・ジャガ芋・バターなど）緑は体の調子を整えてくれる食べ物（ほうれん草・大根・人参・ブロッコリー・りんごなど）です。このこの3色の食べ物をバランスよく食べることがとても大切です。

行事・活動

- 3日（木） 節分の集い 
- 10日（木） 英語で遊ぼう（2歳児）
- 14日（月） 2歳児身体計測
- 15日（火） 1歳児身体計測
- 16日（水） 0歳児身体計測
- 18日（金） 避難訓練 
- 26日（土） 新入園児説明会

*土曜保育は通常通りあります。

*毎週1回リズム運動（曜日は不定）

*誕生会は各クラスで、お子さまの生まれた日にお祝いします。

保健

＜免疫力アップ＞

子どもの免疫をアップさせるには、規則正しい生活を送ること、十分な睡眠を取ること、バランスの取れた食事をとることが大切です。また笑うことは免疫力アップにつながります。大声で笑ったり、つくり笑いをするだけでも、細胞が活性化されるそうです。会話を楽しみ笑って過ごしましょう。

お知らせ

3月30日（水）に送る会を行います。 
 転園児の保護者の皆様には、ご出席をして頂きたいようお願い申し上げます。3月案内状をお渡しいたします。