

あいくだより

平成 26 年 12 月 10 号
社会福祉法人 興善会
子供の家愛育保育園
理事長 成田 豊子



「お店屋さんごっこ」



平成 27 年 1 月 19 日(月)



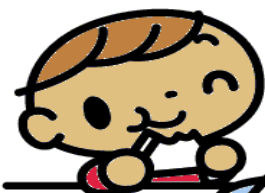
10:30~11:15



在園児さんと一緒に、お肉屋さんやお花屋さんなど



様々な種類のお店屋さんにお買い物にいきましょう。



～子育て情報～



～食育編～

おせち料理

◆ お正月には家族みんなでおせち料理を食べて、いろいろな味に触れ、和食の美味しさを実感しましょう。

黒豆は無病無災、数の子は子孫繁栄の意味を持っています。紅白蒲鉾は、赤は邪気を払う、白は清らかな心など、おせち料理には様々な意味が込められています。

親子で食卓を囲みながら、おせち料理の由来や意味について話し合ってみてはいかがでしょうか。

～保健編～

冬を健康に乗りきろう！

気温が低く、湿度も低い冬はさまざまな感染症が流行してしまいます。それを防ぐためには日頃の体作りが大切です。

冬は楽しいイベントも多く、生活リズムも崩れがちですが、早寝早起きを心掛け、規則正しい生活を送りましょう。遊びの後や食事の前後は、手洗いうがいを行うことが欠かせません。寒くても屋外で体をたっぷり動かして遊び、体温調節のできる体を作りましょう。

<http://www.ans.co.jp/n/kodomonoeaiiku/>

TEL 03(3893)3373

参考文献：ポット 2014年11月号

