

The PSYHOUI LETTER

PSYHOUI KINDERHEARTS

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES -

Feb/01/2020

No. 00562 Free Newspaper

園だより - さいほうじレター -

園長: 萩嶺 麗子 担当: 溝口 志穂

E-mail: SaihoujiGroup@msn.com

「春が立つ」と書いて立春。

暦の上ではこの日を境にして、徐々に春に向かうという意味があります。子ども達と一緒に春の音に耳を澄ませ、自然の中の春の息吹を感じながら過ごしていきたいと思います。

寒いと部屋の中にももりがちになりますが、外遊びを行うことで、心肺機能が高まり、持久力もついていきます。お休みの日など親子で一緒に外に出て体を動かしてみてください！



☆ 今月の目標 ☆

- The PSYHOUI LETTER Prime -

ぜんじょうせいじゃく

禅定静寂

(よく考え、落ち着いた暮らしをしよう・考えよう)



すみれ/

Class Violet

進学へ向け、自分なりに意識して行動していく



ひまわり/

Class Sunflower

自分の思いやイメージを自分なりに表現できるようにする



さくら/

Class Cherry Blossom

進級に向けて自覚を持った生活をする



ばら/

Class Rose

身の回りの事に興味を持ち自分でしようとする

…トピックス…

★すみれひまわり組★

1つずつ行事をする事にどんどん自信をつけていった子ども達。今年度も残りわずかとなってきました。今月の保育参観ですみれ組の体操披露は最後となります。3年間の頑張りを是非、ご覧頂けたらと思います。

★さくら組★

自分の好きなキャラクターを貼って作ったひらがなカタカナ等の練習表を使って毎日読む練習をしています。キャラクターが応援してくれてる・・と思うと練習にも力が入るようですよ♪

★ばら組★

お洋服の着脱、少しずつ出来るように練習中です。ご家庭でも様子を見守られてみてください。

♥おたんじょうび

おめでとう♥

・ばら組

2日

すずちゃん(2歳)

10日

はるきくん(3歳)

・ひまわり組

4日

たおくん(5歳)

・すみれ組

7日

こはるちゃん(6歳)

・職員

3日 萩嶺 真衣先生



月/Mon	火/Tue	水/Wed	木/Thu	金/Fri	土/Sat	日/Sun
					1	2
3 豆まき	4	5 おにぎりの日	6 保育参観	7 保育参観	8	9
10 安全訓練	11 建国記念の日	12 誕生日会	13	14	15	16
17	18	19	20 YY 指導 レスリング大会	21	22	23 天皇誕生日
24 振替休日	25 避難訓練	26	27	28	29 マラソン大会	

『家族で豆まき』

福

豆まきは新春にむけ、悪いことを引き起こす邪気や冬の寒気を払うため、その象徴が鬼です。

豆には、霊力が宿るとされ、豆を魔ものの目(魔目)に投げつけると魔を滅する(魔滅)ことができると考え豆まきをするようになりました。

節分の夜は、窓を開けて「鬼は外！」と外へむかって豆をまき、鬼がもどらないようすぐに窓を閉めてから「福は内！」と室内にまきます。奥の部屋から順番に最期は玄関までまいて、家中の鬼を追い払いましょう。

…2月の行事について…

＜保育参観 2月6日(木)、7日(金)＞

今年度最後の保育参観となりますので、たくさんの来訪をお待ちしています。参観後「親の学び」プログラムにも是非ご参加下さい！

＜レスリング大会(YY 指導)＞

2月20日(木)＞

中央保育園のお友達と行きます。

※園児と職員のための行事となります！

対象児：すみれ、ひまわり組 男の子

女の子は応援にいけます。

＜マラソン大会 2月29日(土)＞

薄原茶工場横からスタートし農道を走ります。応援、よろしくお願いします。

笑顔で免疫力アップ！！



風邪予防のためには、規則正しい生活や手洗いうがい大切です。しかし、それだけではなく「笑顔」で免疫力を高めることもできるのです。

友達と笑いあったり、楽しいテレビ番組を見たりして笑顔になるだけで、細胞が活性化され、ウイルスに打ち勝つ体を作る事ができるのです。

生活の中に、笑顔になれるものをたくさん用意したいですね！



湿度管理に気をつけましょう

冬の最適な湿度は 40～50%。

40%を下回ると、インフルエンザウイルスなどが活性化してしまう為、注意が必要です。

暖房をつけている冬場は、あっという間に部屋が乾燥してしまいます。

部屋に湿度計を用意し、いつでも確認できるようにしておくことが理想です！



節分を過ぎるともう「春」といわれますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。子どもたちもだんだんと大きくなってきて、お兄さん、お姉さんになってきましたね。



はしを上手に使っていますか？



はしが正しく持てるようになったら、はしの使い方の練習もしましょう。

いろいろなことができる！ 便利なはし

はしは、はさんだり、混ぜたり、切ったり、ほぐしたりするなど、多様な機能を持っています。はしを使うことは手そのものの器用さが増すだけではなく、脳の発達も促すといわれています。はしを使ってさまざまな動作にチャレンジしてみましょう。

どうして1ぜんと数えるの？

はしの
豆知識

はしは2本を1対として、1ぜん2ぜんと数えます。なぜかという、おぜん（茶碗を置く台）には必ずはしがセットされるので1つのおぜんに必要なはしのことを「1ぜん」と呼ぶようになったといわれているからです。

～クッキング～

すみれ、ひまわり組さんは、デコレーションホットケーキを作りました。仕上げにクリームや園でとれたいちごなどをデコレーションして、かわいいホットケーキができました。!(^^)!

ばらぐみさんは、ラップに包んだごはんを自分たちでニギニギ、おにぎりを作りました。みんな楽しそうに作っていました(^^)





給食こんだて表

日	曜	行事	3歳未満児 おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	土		牛乳 ビスケット	そうめん汁 おにぎり	牛乳 クラッカー
2	日				
3	月	豆まき	牛乳 丸ぼうろ	のっぺい汁 ひじきの煮物 ウインナー	牛乳 蒸しパン
4	火		果汁 せんべい	鮭のレモン焼き ごまあえ みそ汁	お茶 きなこだんご
5	水	おにぎりの日	牛乳 小魚チップ	ししゃも ポテトサラダ みそ汁	ミルク パナ ビスコ
6	木	保育参観	お茶 ミニゼリー	炒めビーフン スープ 納豆	牛乳 コーンフレーク
7	金	保育参観	牛乳 クッキー	豆腐のすり身あげ 生野菜 すまし汁	牛乳 ヨーグルトケーキ
8	土		牛乳 ビスコ	焼きそば スープ	牛乳 せんべい
9	日				
10	月		牛乳 ビスケット	タイピーエン ハムサラダ りんご	ヨーグルト せんべい
11	火	建国記念の日			
12	水	誕生会	果汁 クラッカー	お箸とコップを忘れずに・・・	牛乳 ケーキ
13	木		お茶 もも缶	炒り豆腐 酢の物 みそ汁	牛乳 マフィン
14	金		牛乳 リンゴジャムサンド*	魚の酢豚風煮 すまし汁 みかん	ミルク コロコロのり味
15	土		牛乳 チーズ	ちゃんこうどん ミニゼリー	牛乳 カステラ
16	日				
17	月		牛乳 ウエハース	カレーライス フルーツサラダ* 福神漬	牛乳 ミニバウム
18	火		果汁 卵ボーロ	鰯の照り焼き ごまあえ みそ汁	お茶 ポテトおやき
19	水		牛乳 カステラ	野菜のピザ*あえ ちくわの照煮 すまし汁	ミルク チーズ* 丸ぼうろ
20	木	レスリング大会	お茶 キャンドゥイチーズ*	マポ-豆腐 りんごサラダ すまし汁	牛乳 ピザトースト
21	金		牛乳 せんべい	オレンジあげ 生野菜 みそ汁	フルーツヨーグルト
22	土		牛乳 ミニゼリー	ナポリタン スープ	牛乳 クッキー
23	日	天皇誕生日			
24	月	振替休日			
25	火		果汁 野菜バー	厚焼き卵 パンバンジーサラダ みそ汁	牛乳 パナナケーキ
26	水		牛乳 コーンフレーク	パイ-の BBQソース煮 生野菜 スープ	ミルク ミニチーズクラッカー
27	木		お茶 みかん缶	五目煮豆 温野菜 みそ汁	牛乳 チーズサンド
28	金		牛乳 動物ヨーチ	鰯の竜田揚げ 生野菜 すまし汁	ヨーグルトビスケット
29	土	マラソン大会	牛乳 卵ボーロ	蒸しケーキ りんご果汁	牛乳 ウエハース

9か月～11か月

歯ぐきでつぶせる固さ。全がゆ～やわらかごはん。
野菜などの食材を細かく刻んでやわらかくなるまで煮込む。

12か月～15か月

歯ぐきで噛める固さ。やわらかごはん～ごはん。
鉄分が不足しやすいので赤身の魚、レバーなど。
緑黄色野菜を多く。やわらかくなるまで薄味で煮込む。