



2022年1月 新中央保育園



4日(火) 保育はじめ
12日(水) 避難訓練
19日(水) 劇団風の子観賞

28日(金) 誕生会

※ごはんは、いりません。

あけましておめでとうございます。年末年始は家族みんなで楽しく過ごせましたか。園には子どもたちの元気な姿が戻ってきました。

今年度もいよいよ残り3か月となりました。たくさんのことを経験して、来年度につながれたらうれしいです。

今年も職員一同どうぞよろしくお願いいたします。

春の七草

七草がゆは、無病息災や1年間
元気に過ごせますようにという願いが
込められています。

七草がゆには栄養がたっぷり含まれて
いて、お正月の間に食べすぎて疲れた
胃には、とてもよい食べ物です。

七草がゆを食べ
元気に過ごしましょう。

※ごはんは、いりません

◎劇団風の子観賞 19日(水) 10時~45分程度

今年は「うしろの正面にあんだ」というお話です。今の子どもたちが遊びや暮らしの中で、いっぱい試して失敗もして自分の力にしたい、元気な子どもたちが元気な大人になってまた子どもたちを育ててほしい、そう考えてこの劇を届けてくれます。

冬の旬 ホウレンソウ



緑黄色野菜の中でも栄養抜群のホウレンソウ。
夏ものに比べ、冬ものは寒さで甘みが増し、より
おいしく感じられる他、栄養価も高まります。
鉄分やミネラル類、ビタミンA・Cを豊富に含み
貧血予防、疲労回復も期待できます。

あくが気になる場合は、ゆでた後に
水にさらすと、あくが流れ出しますよ。



◎大好きな雪あそび!

冬の自然の不思議に興味をもてるように、天気の良い日はできるだけ外で遊び
体力づくりにつなげていきたいと思います。今年度は根雪が遅かったですが、
少ない雪のなかでも楽しそうに走り回っていました。

防寒着、手袋、長靴など、降園までに乾くように心がけ
ていますが、濡れているときがあります。必ず点検して、
次の日の雪あそびに間に合うようにご配慮ください。

