

園だより

SCHOOL NEWS LETTER

1月 January 令和2年1月1日 保育所 こどもの家



明けましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りいたします。新しい年が、お子様にとって、また、保護者の皆様にとって笑顔がたくさんになりますよう、お祈り申し上げます。令和になり初めてのお正月。どんな正月休みを過ごされましたか？生活リズムが崩れやすい時期でもあるので、規則正しい生活を心掛けていきましょう。今年は、ねずみ年。元気いっぱいかけ回って楽しく過ごしたいと思います。

1月の予定

- 4日～ 通常保育
- 10日 身体測定
- 15日 お誕生日会



1月の保育目標

- 0歳児：休み明けの生活リズムを整え、安心して過ごす。
- 1歳児：友達と簡単な役割のある遊びを楽しむ。
- 2歳児：友達と一緒にイメージを広げ、工夫することを楽しむ。



風邪とインフルエンザの予防対策を!!

【手洗い】

外遊び後や食事の前、トイレの後などに石鹸を使い、手を洗います。指先や親指手首、手の平、手の甲、指の間など洗い忘れないように注意しましょう。

【うがい】

外遊びの後や人ごみの中に入った後などにうがいをしましょう。初めにぶくぶくうがいで口の中をすすぎ、その後にガラガラうがいでのどの奥を洗います。

【規則正しい生活】

元気に過ごす為には規則正しい生活を送ります。十分な睡眠や栄養、バランスの良い食事、外遊びなどを心がけましょう。

【流行期の人ごみを避ける】

インフルエンザ流行期には人ごみにでかけないようにします。出かける時にはマスクをし、手洗い・うがいを心掛けます。

壱岐市内でもインフルエンザが流行ってきています。風邪予防をして元気に過ごしましょう。

お願い!

- ・寒くなりましたので、**お昼寝用の掛け布団**も持って来て下さい。また、毛布が小さい方もいらっしゃいます。お子さんがすっぽり入るぐらいの大きさと厚めのものをお願いします。毎週持ち帰った際は、シーツ類のお洗濯をお願いします。シーツには、よだれや雑菌などがいっぱいついてます。清潔にしたきれいなお布団で午睡をすると、ぐっすり眠りにつけます。

七草がゆとは・・・?!!

1月7日は、七草。セリ・ナツメ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロの「七草」を入れたお粥を作り、今年一年間、健康で平和に過ごせるようにと願いを込めて食べます。また、正月に沢山食べた胃腸を休ませる意味もあります。みなさんも、作って食べてみてください。