



ももやまだより

12月号 no.



園庭を吹き抜ける風も冷たくなり、木々の葉っぱも寒そうに揺れています。桃山保育所の子どもたちは、12月14日の生活発表会に向けて、元気に大きな声を出しながら練習に励んでいます。子どもたちの毎日の練習の様子を見ながら、日々の成長に驚いています。是非、生活発表会にはご家族皆様でお子さんの成長を見に来て頂きたいと思います。

園長

0歳児 あかぐみ

発表会に向けて少しずつ練習をしているあかぐみさん。ステージに上がると、いつもと違う雰囲気に大喜びする子もいれば固まってしまう子もいて反応も様々です。本番まであと半月ですが、いつもの可愛らしい姿を皆さんに見てもらえるよう練習していききたいと思います。



1歳児 ももぐみ

手を繋いでお散歩することに慣れてきたももぐみさん。お散歩ひもを持って歩く練習を始めました。芋ほりごっこでひもを持つことに慣れていたので、みんな上手に輪っかを持ってお歌をうたいながら散歩しています。これから寒くなるけど、寒さに負けずお寺に行ったりどんぐりを拾いに出かけたりして楽しもうと思います。



2歳児 きぐみ

11月から給食でお箸を使うようになり食べる意欲も増してきています。同時に、手を使った遊びを取り入れ、手先の感覚を養っていききたいと思います。遊びでは、友達同士で楽しんでいる姿が増えてきました。おもちゃを「貸して」「いいよ」と譲り合って遊んでいる姿が見られ微笑ましいです。時には、トラブルになる時もありますが保育者の仲立ちを通し折り合いをつけ、遊びの中でも様々な経験をして成長しています！生活発表会ではたくさん出番があるきぐみさん。子ども達の成長を温かく見守ってください。



10日 音楽教室 14日 生活発表会
17日 消火訓練 24日 クリスマス会
27日 もちつき(きぐみ)



ウイルスの侵入を防ぐ

こまめな手洗い

風邪は接触感染がほとんど。
外から帰ったら石鹸で丁寧に指の間、
手首もしっかり洗いましょう。

加温と加湿

鼻や喉の乾燥、体の冷えを防ぐために、
部屋を清潔に保ち、室温を 20～25℃
湿度を 50%以上保つようにしましょう。

免疫力を高める

体温を上げる

体温を上げると血液の流れが良くなり、
免疫力が高まります。
適度の運動や入浴などで
体を冷えから守りましょう。

十分な睡眠と栄養

睡眠不足は免疫細胞の動きを
低下させます。良質な睡眠と栄養を
バランスよく摂りましょう。



早いもので、今年もあと 1 か月を切りました。朝晩の冷え込みも強くなり風邪やインフルエンザ
が流行する時期です。栄養バランスのとれた食事を心がけ、健康に過ごせるようにしましょう。

冬至

今年の冬至は 22 日です。昔から冬至に南瓜(なんきん)、人参、大根、蓮根など「ん」のつくも
を「運」が得られるという言い伝えがあるようです。

今月のレシピはツナと大根の煮物です。

お鍋に材料を全部入れて弱火でコトコト煮るだけです！

是非、ご家庭でも作ってみてください。

【材料】 4 人分

- 大根 2/1 本…半月切り、いちょう切りなど食べやすい大きさ
- ツナ缶 2 缶
- 醤油 大 3
- みりん 大 1
- 砂糖 大 2

知恵袋

1 本買った大根をお料理の用途にあった大きさに切ってそのまま冷凍！使いたいとき、下茹でなし
でそのまま調理！短時間で作れます♪



社会福祉法人 浩福会 桃山保育所
〒763-0091 丸亀市川西町北 998-1
TEL 0877-35-7068 FAX 0877-35-7066