



花屋さんの店先のポインセチアやシクラメンの花がみごとに咲き、コロナで落ちこみそうな気持ちを和ませてくれます。今年もあと一か月！毎年一年が早くなったと思うのですが、今年はコロナの影響で特別に早かったように思います。

子どもたちは12月19日(土)の生活発表会に向けて元気に練習に励んでいます。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。今年の発表会はご家族2名までの参加となっておりますが、是非お子さんの成長を見に来て頂きたいと思います。園長

あかぐみ

11月は靴を履いて園庭であそんだり、保育士と手をつないでたくさんお散歩に出かけました。日に日に足取りがしっかりしてきて、力強く歩けるようになってきました。室内では、「どんぐりころころ」や「てをたたきましょう」などお気に入りの歌が始まると、腕をぐるぐるしたり手をパチパチ、身振りに加えて表情も豊かに表現して楽しんでいます。初めての発表会に向けて、お返事ハイや手あそびを生活の中で練習しています。発表会を通して普段のあそびの様子を見ていただけたらと思います♪

ももぐみ

お友だちと仲良く遊ぶ姿がかわいいももぐみさん。お友だちとの関わりが増え、遊び方も少しずつ変わってきています。自分の事だけでなく、友だちの事や私たち保育士の事まで気にかけてくれる時もあるんですよ♪「ありがとう」「ごめんなさい」「OOかわいかったねー」など日々、いろいろなことばが聞こえてくるようになりました。生活発表会では、どんな姿がみられるか・・・♡楽しみにしててくださいね！

きぐみ

最近虫に興味津々なきぐみさん。園庭でくもやバッタ、かえるを見つけると「先生！見て！スパイダー！！」と手をひいて連れていってくれます。虫がへっちゃんなお友だちはバッタを捕まえたり、かえるを触ったりして楽しそうに観察しています。少しずつ寒くなってきましたが、散歩や園庭で虫を探しながらあそんでいこうと思います。



12月生まれのお友だち





ほけんだより



子どもの乾燥肌予防とスキンケア

子どもの肌はとてもデリケートです。特に冬は湿度が低く、エアコンなどによる空気の乾燥によって肌荒れが起こりやすい季節です。適切な予防とスキンケアで子どもの肌を守ってあげましょう。

① 毎日お風呂に入り、肌を清潔に保つ

湯温が熱すぎると皮脂まで流れおち、皮膚のバリア機能が低下するので湯温は熱すぎないようにしましょう

② 肌の乾燥が強い時は保湿剤を使う

子どもに合った保湿剤を使い、入浴後は肌に水分が残っているうちに塗ると効果的です

③ 肌を刺激する素材の服は避ける

化学繊維は静電気が起こりやすく、肌を傷つけてしまうので避けましょう

④ 部屋の空気の乾燥に注意

適度に換気をし、加湿器などで乾燥しすぎないように



給食だより



冬(年末年始)の食生活の心得！！

今年も残すところあと1か月、冬を感じる季節になりました。年末年始はクリスマスやお正月などおいしい行事が盛りだくさんです。行事を楽しむためにも、普段の食生活をより充実させ体調を崩さないようにしておきましょう。

☆21日は冬至です☆

冬至にかぼちゃを食べると長生きすると言われていています。他にも冬至には「ん」のつく食材(冬至7種)を食べると幸せになるという伝えもあるそうですよ。

1. なんきん 2. にんじん 3. れんこん 4. ぎんなん 5. キンカン 6. かんてん 7. うどん

今年にかぼちゃ以外の「ん」がつかう食材も取り入れて運を取り込んでくださいね。

※都合により献立やおやつが変更になることがありますので、ご了承ください。

温め効果と免疫力を高める食材を取り入れましょう！

【体を温める食材のポイント】

- ・寒い地方で産出された食べ物、冬が旬の食べ物は体を温める
- ・色の黒っぽい食べ物、濃い食べ物、暖色の食べ物は体を温める
- ・地下でエネルギーを蓄えた食べ物は体を温める

お家の食卓に出ているかな？

◎大根 ◎小松菜 ◎かぼちゃ ◎ほうれん草

◎かぶら ◎ねぎ ◎白菜 などなど

ビタミンやミネラルを含む食材を取り入れて、免疫力アップ♪



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

☎ : 0877-35-7068 FAX : 0877-35-7066