



6日(月)	保育はじめ
17日(金)	避難訓練
24日(金)	誕生会

2025年1月 新中央保育園

明けましておめでとうございます。今年は巳年ですね。「巳」は「実」にかけて「実を結ぶ年」とも言われています。この1年の園生活におけるさまざまな楽しい体験が、子どもたちの成長を促し、いつか一人ひとりに合った大きな実を結びますように・・・と願っています。

今年も職員一同、どうぞよろしくお願いいたします。

体ぽっかぽか

ニンジン、レンコン、ゴボウなどの根菜類には、体を温める効果があるといわれています。冬の野菜に含まれるビタミンCやEは冷え性に効き、風邪をひきにくくしたり回復力を高めたりします。スープやみそ汁など、汁物に入れると食べやすいものばかりです。

また、タマネギやネギに入っているアリシンという辛味成分も、血流を改善する効果があるので体がぽかぽかするといわれています。

雪遊び

子どもたちは雪遊びが大好き。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。

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。お手数ですが必ず点検して、次の日の雪遊びに間に合うようにご配慮ください。

◎「かぜかな？」と思ったら、早めにケアをして重症化を防ぎ、別のウイルスを呼び込まないようにしましょう。前日やお休み中に体調の変化があった場合は、必ず保育士にお伝えください。園でも体調に配慮し、お子さんの様子をお伝えしていきます。

