



## ＜今月の予定＞

2日	月	防犯訓練
3日	火	節分会
4~6日	水~金	保育参観
9日	月	クラス記念写真
19日	木	避難訓練
20日	金	卒園旅行（5歳児）
26日	木	誕生会



TEL 0277-52-1034

FAX 0277-52-4456

www.taishi-hoikuen.jp

太子保育園HPにて閲覧できます

♪園見学はいつでも可能です。

### 園目標：寒さに負けず身体を動かし丈夫な体を作る

2月3日は節分です。節分の豆まきは『魔を滅する』に通じ、鬼を追い払うことで災いから身を守ると考えられています。炒った豆をまくのは、芽が出てしまうと縁起が悪いとされていたためです。「鬼は外、福は内」と元気な声で豆をまき、福を呼び込みましょう。保育園でも子どもたちが鬼に新聞紙で作った豆を投げる遊びなどをし、無病息災を願います。ご家庭でも豆まきや恵方巻を楽しみながら節分の由来に触れ、春の訪れを感じてみて下さい。

#### ★保育園の節分会（2/3）

- ・赤鬼と青鬼のタンゴのダンス・新聞紙の豆まき・鬼のぬりえ
- ・鬼のおりがみ・鬼の的て・鬼の輪投げ・鬼のシールはり
- …など、もりだくさんの遊びを楽しみます。



### 給食：バランス良く食べる



バランス食事づくりの合言葉は**主食・主菜・副菜**です。これらを**基本にすれば必要な栄養素がそろいます**

『主食』…ご飯・パンなど主にエネルギーになるもの  
『主菜』…肉・魚・卵・大豆など、体を作るもの  
『副菜』…野菜など、体の調子を整えるもの



タンパク質・脂質・炭水化物・ビタミン・ミネラルなど成長に必要な栄養素が健康的な体作りをサポートしてくれます。また、適切な食事の回数と間隔もとても重要になります。遅い時間の食事は胃腸に負担をかけたり、過度の食事摂取は肥満の原因にもなります。



### 保健：寒さに負けず、衛生習慣を身につける



#### ☆咳エチケットを身につけよう☆

鼻や口を覆わずに咳やくしゃみをすると、ウイルスの入った飛沫を拡散することになります。マスクをしていないときは手ではなく、ハンカチやティッシュペーパー、何もなければそこで口元を覆うことを身につけましょう。



・何もしないで咳やくしゃみをする



・手で押さえる。

※2歳未満の子は、呼吸機能が未熟の為マスクは推奨されてません



・マスクをつけ鼻を覆う・ティッシュなどで覆う・袖や肘の内側で覆う

### 安全：不審者対応、防止策

保育園では年に4回防犯訓練を実施しており今年度は2月2日が最後になります。

家庭でも不審者対応についてお子さんと話したり「いかのおすし」の標語の確認など、してみて下さい。



### ＜今月のうた＞

#### ゆき

- ♪よろこびのうた
- ♪修了のうた

#### つき

- ♪まめまき
- ♪チグハグ
- ♪赤鬼と青鬼のタンゴ

#### はな

- ♪線路は続くよどこまでも

#### もも

- ♪思い出のアルバム

#### ちゅうりっぷ

- ♪北風小僧の寒太郎
- ♪おにのパンツ

#### ひよこ

- ♪シャカシャカブギウギ
- ♪チョコレート

