

2月 はとぐみだより



岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

一年で一番寒い時期になりましたが、子どもたちは、寒さに負えることなく園庭に出ると、ボール遊び、追いかけっこと元気いっぱいです。たくさん遊び、たくさん食べ、たっぷりと睡眠をとり、健康な体作りをしていきたいと思います。

また、意欲的に自分でしようとする姿もみられるようになってきました。失敗も次のエネルギーとなるように励ましながら進級に向けて準備し、楽しく過ごしていきたいと思います。

ねらい

- ◎一人一人の健康状態に留意し、保育士との信頼関係のもとで生活ができるようにする
- ◎暖かい日には戸外に出て、保育士と一緒に身体を動かしてあそぶ



今月の予定



3日(火) 節分
4日(水) 誕生児写真撮影
5日(木) 保護者会委員会
6日(金) 避難訓練
7日(土) 園内外消毒
11日(水) 建国記念の日
12日(木) 内科検診

13日(金) 誕生会
14日(土) 園内外消毒
16日(月) 東海学院大実習(～3/2)
19日(木) 新入園児健康診断
21日(土) 園内外消毒
23日(月) 天皇誕生日
28日(土) 園内外消毒

正しい姿勢

食事の時などに机に寄りかかっていませんか？体幹が弱いと姿勢が崩れやすく、猫背になるなど骨格をゆがめてしまします。日頃から体を動かしてあそぶことで、体感を鍛え、背筋を伸ばして良い姿勢で座ることを意識しましょう。

「いただきます」の時に毎回背筋を伸ばすようにするのもおすすめです。

たのしい劇あそびのお知らせ

3月3日(火)に劇あそびを行います。

子どもたちはお面をつけて歌ったり踊ったりその役になりきっています。

当日を楽しみにしてください



鍋で食べよう ハクサイ



鍋料理の定番野菜、ハクサイ。95%以上は水分ですが、ビタミンCが豊富で風邪予防にも効果的。葉2枚でみかん1個以上に相当します。また、利尿作用のあるカリウムはナトリウムを排出し、塩分の摂りすぎを防いでくれます。カリウムは水に溶けてしまうので、汁ごと食べましょう。



寝かしつけの工夫



「夜寝ない」という悩みは、よく聞かれます。一日の生活を見直してみましょう。

- ・起床時間は何時ですか？
- ・体を動かしてあそんでいますか？
- ・16時以降のお昼寝は短めですか？
- ・就寝前の流れを決めていますか？

お風呂に入って、水分をとり、絵本を読んで寝るなど、ご家庭でリズムを作りましょう。

待つことの大切さ

あそびに夢中になって「ご飯食べないよ～」と言ったり「オムツしない」と逃げ回ったり・・・こんな時、大人から「〇〇しなさい」なんて言いがちです。

案外、様子を見て待っていると自分からやり始めるようになります。ズボンを履いたり脱いだりできる力はあるのに、ついつい忙しさに流されて、子どもも本来の力を見逃してしまいがちです。子どもたちが自分からやっていく姿を見守っていくことを大切にしましょう。

おにはそと！ふくはうち！

節分は立春(2月4日頃)の前日を指し、旧暦では立春が一年の始まりとされたためその前日である節分は大晦日(年越し)の重要な行事でした。節分の豆まきには、一年間健やかに過ごせますようにとの願いが込められています。

子どもたちとの豆まきでは無病息災を願いつつ挑戦する心を育てていきたいと思います。



コンコンクシャンのうた



りすさんが マスクした
ちいさい ちいさい
ちいさい ちいさい マスクした
コンコンコンコンクシャン

ブウちゃんが マスクした
まーるい まーるい
まーるい まーるい マスクした
コンコンコンコンクシャン

ぞうさんが マスクした
なーがい なーがい
なーがい なーがいマスクした
コンコンコンコンクシャン

子どもの姿

友だちとの関わりも増え、「お外にあそびにいくよ」と話しかけると子どもたちの方から先に、「先生帽子」「〇〇ちゃん、はい」と手渡す姿もみられます。次何するかなと見守っていると「お手々がない」と小さい先生がいっぱいです。

靴を履くことにも挑戦中です。出来ると見て見てと満面の笑顔になれます。出来ないときもマジックテープをとめようと手を伸ばす姿にはっこりし、成長を感じます。

はとぐみも残り2か月。楽しく充実した毎日になるように見守っていきたいと思います。