



にこにこだより

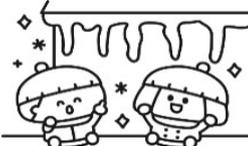
『あけましておめでとうございます』

認定こども園よろら

新しい年がスタートしました。朝晩の冷え込みが厳しくなり、冬本番という感じになりました。凧あげなどの伝承遊びを保育に取り入れ、寒さに負けず元気に過ごしたいと思います。本年もよろしくお願いいたします。

令和7年1月 発行



行事予定	今月のうた	来月の行事予定
4日(土) 保育始め 10日(金) 身体測定 14日(火) 体操教室 16日(木) 誕生会 24日(金) 避難訓練 28日(火) 体操教室	未定: 英会話教室  ♪ ゆき ♪ ゆげのあさ ♪ ゆきのぺんきやさん ♪ 北風小僧の寒太郎	豆まき 身体測定 誕生会 避難訓練 体操教室(しろ・あお) 英会話教室(しろ・あお)

今月の目標

クラスの目標



- しろぐみ
- あおぐみ
- あかぐみ
- うさぎぐみ
- りすぐみ
- ひよこぐみ

身近な冬の自然現象に気づいたり、触れたりして楽しむ

伝統行事や正月あそびを通し、言葉や文字、数への関心を高める

正月あそびを通し、季節の遊びを楽しむ

正月ならではの伝承遊びに親しみをもち、楽しむ

生活リズムを整えながら、寒さに負けず戸外で体を動かして遊ぶ

冬の自然に触れ、体を動かしてのびのびと遊ぶ

発達に応じた遊びのなかで、好奇心や探求心を満たしていく

お知らせとお願い

★生活リズムを立て直しましょう

正月明けは、生活リズムが崩れやすくなるので、早寝早起きを心がけるようにしましょう。

まずは、早く起きて日の光を浴び、温かい朝食で体を目覚めさせます。子どもたちは、園でしっかり体を動かすので、夜は早く寝て疲れを取り除いてくださいね。

また、食後の歯みがきや排便などの習慣を身につけ、生活リズムを整えましょう。

★持ち物の名前について

シューズ、帽子、着替えなどの名前が消えたりしていませんか？

持ち物には、名前の記入をお願いします。

風邪は万病のもと

風邪とは、「風邪症候群」と言われ、鼻やのどに起こる炎症の事です。「ただの風邪」と軽く考えてしまいがちですが、悪化すると気管支炎や肺炎、中耳炎などになることもあります。体調の悪いときには決して無理せず、安静にしましょう。

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ります。冬の野菜に含まれるビタミンCやEは冷え性に効き、風邪をひきにくく回復力を高めます。旬の野菜を摂り、体をぽかぽかにし、風邪予防をしていきましょう。