

保育園だより Smilekids



おもちつき

消防車

べったんべったん

紙版画

クリスマス

プレゼントもらったよ

鍵盤ハーモニカ
がんばってます!

Happy Birthday

1月13日(木)

1月生まれのお友だち

<p>ひばり組</p> <p>たんぼぼ組</p> <p>ちゅうりっぷ組</p> <p>すみれ組</p> <p>ちょうちょ組</p> <p>ひよこ組</p> <p>パンピ組</p>	<p>大輪 あすか ちゃん</p> <p>酒井 とうま くん</p> <p>田代 れな ちゃん</p> <p>沖田 あきと くん</p> <p>森 みら ちゃん</p> <p>谷田 ゆずは ちゃん</p> <p>藤崎 こうめい くん</p> <p>坂本 かける くん</p> <p>立原 そうた くん</p> <p>鈴木 あや ちゃん</p> <p>谷口 あおな ちゃん</p> <p>榎 あかね ちゃん</p> <p>真家 いと ちゃん</p> <p>武藤 たの くん</p> <p>勝俣 ちさき ちゃん</p> <p>石橋 なお ちゃん</p> <p>金子 とうが くん</p> <p>福島 とうま くん</p>
---	--

七草粥

七草粥の風習は中国伝来のもので、平安中期頃に始まったものとされます。正月7日に無病息災を祈って、春の七草(セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ)を入れた粥を食べる習慣で、正月に疲れた胃袋を整える効果もあるそうです。

今月の保育目標

《和顔愛語》 わげんあいご 寒さに負けず、仲良く遊ぼう

笑顔で人に接することは、みんなが楽しくなることです。私達が意志を通じ合わせる第一は「笑顔」と「やさしい」言葉がとても大切です。ほほえみと美しい言葉は人の心を和ませ、明るくしたり、勇気を与えてくれたりします。つらい時や悲しい時、また、どんな時でも明るい笑顔を忘れずに仲良くしましょう。

しつけ保育目標

＜毎日しよう、やさしい心でお手伝い＞

寒くなると、ついつい厚着をしてしまいがちですが、衣服に頼らず、たくさん体を動かして、丈夫な体を作りましょう。

保育発表会

玉里保育園(0～2歳児)	1月21日(金)
(3～5歳児)	1月22日(土)
第二保育園(0～2歳児)	1月28日(金)
(3～5歳児)	1月29日(土)

お子さん達が、今まで毎日の保育の中で楽しんできたリズム遊びやごっこ遊びを、広いステージで元気いっぱい発表します。成長したお子さんの姿を楽しみにしててください。

鏡開き

1月11日は鏡開きの日です。鏡もちを割って食べると、その1年は健康に暮らせると言われています。願いを込めて、お子さんと一緒に美味しくいただきますね。

ひばり・ひよこ組のお友だちへ

3学期から使用しますのでご用意ください。

- お弁当箱(ゴムベルト)
- ガーゼハンカチ(園指定のもの)

※必ず名前の記入をお願いします。

ちゅうりっぷ・ちょうちょ組のお友だちへ

3学期からネクタイをつけて登園してください。ネクタイはゴムの部分を切って、直接ブラウスにスナップボタンでつけるようにお願いします。園では、着る前に自分で片方のスナップをブラウスにつけ、ブラウスを着てから、もう片方のスナップボタンをつけるよう指導しています。最初は難しいと思いますが、お家で着る時も、お子さんが自分でできるようご協力ください。

育児が楽しくなる方法!

～少しの工夫で子育てはもっと楽しめる～

子育てをしていると毎日があっという間に過ぎていく、やる事が次から次へとあつて息をつく間もない...など、今の生活に悩みを抱えている方も多いのではないのでしょうか? 育児が大変と感じるのは、それだけ一生懸命、子どもと向き合っている証拠です。

- 1.家事に育児に完璧を求めない**
疲れている時はレトルト食品に頼る、お掃除や片付けたまには多少汚れていてもOK! 子どもと向き合う時間がどうしても大変な時は、周りの人に頼り、負担を減らしましょう。毎日ではなく、二日に一回に頻度を変えたり、家電に頼ったり、家事や育児の負担を軽くしてみると、生活や心にゆとりが生まれます。
- 2.子どもの成長日記をつける**
成長日記を書くことで、そのちょっとした変化や成長にも気付くことができ、毎日の生活がより楽しく大切に感じるようになります。継続して日記を付けていると、一年前の日記と比べながら成長を感じたり、季節ごとにどのような遊びをして、どこで遊んでいたかを思い出すことができ、「今日は何しようかな...」と考える時の参考になります。
- 3.叱らなくていい環境を作る**
子どもを取り巻く環境を工夫してみましょう。例えば、いつも危ないものに手を伸ばしてしまうようであれば、収納の位置を変える、家具から飛び降りたり、ジャンプしたりするのが危険であれば、家具を移動する、配置を換えるなどの工夫を。食事が進まない時には食事量の見直しや三食全てバランスが取れていくように、忙しい朝は軽食にするなど...ちょっとした環境の変化で叱る回数をぐっと減らすことができます。
- 4.1日のうちの短時間でも子どもと一緒に楽しむという気持ちに切り替えてみる**
子どもと一緒に過ごす時間を「子どもを見守る」「子どもの遊びに付き合っている」という考え方ではなく、「一緒に遊ぶ」「一緒に楽しむ」という考え方に変えると子育てが徐々に楽しくなります。子どもの遊びも、子どもの目線に立つこともいざ意識して生活してみると新たな発見があり、ちょっとした意識の違いで子育てにまた新鮮な気持ちで取り組むことができます。ずっと子ども目線で一緒に遊ぶことは体力的にも大変ですので、一日の中で短時間でも、意識して生活してみましょう。
- 5.SNSを上手に活用する**
子どもと楽しめる遊び、子連れスポット、リアルタイムの情報が溢れているSNSを利用すると、今まで思いつかなかったような遊びのアイデアを発見したり、身近で行われるイベントを見つけたりと、子育てが楽しくなる情報を発見できます。



日 曜	1月の献立表	おやつ	
		午前(未満児)	午後(全員)
4 火	☆ 愛情弁当日 ☆ 玉ねぎの味噌汁・オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 お菓子
5 水	マカロニとほうれん草のコーンクリーム煮・切干大根の煮物・のりの佃煮 ぶどうゼリー	麦茶 ビスケット	ミルク お菓子
6 木	鶏の照り焼き・キャベツと卵のソテー・トマト・じゃがいもとわかめの味噌汁	麦茶 チーズ	ミルク クリームパン
7 金	じゃがいもとベーコンの炒め煮・ほうれん草のナムル・ゆで卵 白菜と油揚げの味噌汁	カルピス クラッカー	麦茶 七草粥
8 土	ハマシシチュー・果物・ふりかけ・牛乳	麦茶 クッキー	りんごジュース お菓子
10 月	成人の日		
11 火	鶏の磯辺揚げ・大根と人参のきんぴら・小松菜のなめたけ和え・にら卵汁	麦茶 チーズ	牛乳 お菓子
12 水	鮭のムニエルタルタルソース・コンソメポテト・ブロッコリー・オニオンスープ	カルピス クラッカー	ミルク バナナ
13 木	☆ お誕生会 ☆ チキンライス・マカロニサラダ・レタス みかん・えのきと水菜のスープ	麦茶 せんべい	牛乳 ワッフル
14 金	豆腐の中華煮・春雨と野菜のさっぱり和え・わかさぎの甘露煮・グレープフルーツ	牛乳 ビスケット	麦茶 煮豆
15 土	クリームシチュー・果物・ふりかけ・牛乳	麦茶 クッキー	りんごジュース お菓子
17 月	ほうれん草とチーズのキッシュ・コーンの一口揚げ・白菜の塩昆布和え もやしと人参と油揚げの味噌汁	りんごジュース せんべい	ミルク ツナおにぎり
18 火	煮魚・切干大根のごまマヨサラダ・ブロッコリー・小松菜とごぼうの味噌汁	麦茶 チーズ	麦茶 きつねうどん
19 水	大豆入りチキンカレー・キャロットサラダ・福神づけ・オレンジ	麦茶 ビスケット	ミルク 食べる煮干し お菓子
20 木	ウインナーの衣揚げ・おからのサラダ・トマト・野菜スープ	カルピス クラッカー	牛乳 お菓子
21 金	松風焼き・かぼちゃの甘煮・おひさか漬け・なめこと豆腐の味噌汁	麦茶 せんべい	ミルク プリン
22 土	親子煮・たくあん・わかめの味噌汁	麦茶 クッキー	カルピス お菓子
24 月	春雨と肉団子の中華スープ・かにかまの和風サラダ・グレープフルーツ 昆布佃煮	カルピス ビスケット	ミルク ミロケーキ
25 火	チキンピカタ・もよしのカレーサラダ・さつまいものきんぴら 白菜と人参の味噌汁	りんごジュース せんべい	ミルク りんごゼリー
26 水	ビビンバ・のり塩ポテト・煮卵・長葱と油揚げの味噌汁	麦茶 チーズ	ミルク ほしほ せんべい
27 木	白身魚のフライ・センキャベツ・トマト・むらくも汁	牛乳 クラッカー	りんごジュース お菓子
28 金	肉じゃが煮・ほうれん草の胡麻和え・チーズ・えのきとわかめの味噌汁		牛乳 いちごカステラ
29 土	☆ 第二保育園(3~5歳児)発表会 ☆		
31 月	すき焼き風煮・大根とツナのサラダ・乳酸飲料・ふりかけ	麦茶 チーズ	ミルク ナポリタンドッグ

※今月の旬の食材は、かぶ・長葱・いちご・わかさぎです。

★ お誕生会の日には 主食も出ますので 白ご飯はいりません。
おはし・口拭きタオル・ランチマットを持たせてください。

★ 献立 .. チキンライス・マカロニサラダ・レタス・みかん・えのきと水菜のスープ



今後の
行事予定 3月25日(金) 卒園式

PTA
関係予定



社会福祉法人 照桑福祉会
 < 幼保連携型認定こども園 >
 玉里保育園
 〒311-3435 小美玉市田木谷1068-1
 TEL. 0299-58-4968
 < 玉里第二保育園 >
 〒311-3436 小美玉市上玉里1126-1
 TEL. 0299-58-2643

令和3年度
1月号

玉里保育園 玉里第二保育園 と 保護者の皆さんをつなぐ情報紙



2022, 寅(とら)年のスタートです。

新しい年の始まりは、なにか素晴らしいことが起こりそうな期待感でいっぱいになりますね。子どもたちにとって毎日が成長と変化の連続です。一人ひとりがのびのびとすこやかに成長することを願って、職員一同、子ども達と元気に過ごしていきたいと思ひます。

本年も宜しくお願いいたします。



● 今月の行事予定				※年長組は月曜日以外、毎日ABCがあります		1
2	3	4	5	6	7	8
		愛情弁当日	始業式		ABC day	
9	10	11	12	13	14	15
	成人の日	お作法	誕生会		ABC day	
16	17	18	19	20	21	22
			ABC day		ABC day	
23	24	25	26	27	28	29
	わんぱく(第二)	ABC day	予行練習		ABC day	
30	31				保育発表会(0~2歳児)	保育発表会(3~5歳児)