



令和6年1月号



## 新年あけましておめでとうございます

園生活の中で最も長いお休みになりました。家族みんなで除夜の鐘を聞いたり、少し早起きをして初詣に行ったり、初日の出を見たり、お正月ならではの経験をたっぷりしたのではないのでしょうか。何より、健康で新年を迎えられたことに感謝ですね。

今年度も残すところ後3ヶ月となりました。いろんな体験をさせていきたいと思います。

まずは、崩れた生活リズムをこれからゆっくり整えていきましょう。  
今月もよろしくお願い致します。



10日 避難訓練  
12日 お誕生会  
26日 身体測定  
30日 たこあげ大会

♪ おつかいありさん  
♪ たきび  
♪ たけのこ体操  
♪ どうぶつたいそう 1・2・3



・持ち物には記名をお願い致します。



## 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ことです。「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。体調が悪いときは決して無理をせず、安静にしましょう。



## 春の七草

1月7日は七草。平安時代から続く風習だそうです。春の七草を入れたおかゆを食べて、一年間病気をしないように願います。家庭で七草がゆを食べることも少なくなってきたようですが、七草の名称と共に、子ども達に伝えていきたいですね。

・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

