



No. 10

☆ 子育て情報提供 ☆

ほけんだより

H29. 2. 27

☆ 作成・編集 ☆

国風第一幼稚園
副園長
黒田 薫



立春も過ぎ、2月も終わろうとしていますが、まだまだ寒い日が続いています。インフルエンザは、今のところ大流行する様子は見られませんが、引き続き、予防のためにうがい、手洗いをしっかり行って下さい。花粉対策もしっかり行って下さい。今年度も残すところあとわずかです。病気やけがに気をつけて、元気に登園し、先生やお友だちと楽しい思い出をたくさん作って下さい。

年長さんへ

自分のことは自分でしましょう!!

その3

その2

その1

荷物の準備・確認を子どもといっしょに

入学までに身につけておきたい3つこと

冬の行事食レシピ

ぱんぼり団子

冬の行事食レシピ

ほけんだより

この時期の

親子におすすめしたい絵本

おかあさんになるってどんなこと

栄養満点！にらを食べよう

上手な耳かきのしかた

耳の日

★今回のおたよりの参考資料★

「いただきます ごちそうさま

冬 2016 vol.58」メイト

「食育、健康、安全 おたより文例&イラスト集」

チャイルド

「ポット 2月号 2012 & 2017」

チャイルド

「ピコロ 1月号 2017・2月号 2015」

学研

「ひろば 1月号 2017」

メイト

※このほけんだよりに

関するお問い合わせ

は国風第一幼稚園まで

TEL 524-0592

持ち物にはすべてにしっかりと名前を記入しましょう!

自分の持ち物の管理

自分の物と他人の物を区別し、自分の物を管理する力も大切です。学校の友達間で、安易に物をあげたりもらったりすると、トラブルの一因になります。昼間はたっぷり体を動かして夜は9時には就寝し、「早起き朝ごはん」の規則正しい生活リズムを習慣にしましょう。



※基本中の基本

- 和式トイレの使い方を覚える
- 傘は自分できちんと巻けること
- 脱いだ服をきちんとたたむ（服の裏返しも練習しましょう）

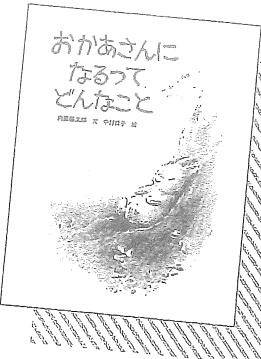
親子で楽しみながら少しずつ練習をして下さい！

園では練習できないことばかりです。お子さんが、小学校に行くことにマイナスイメージを持つことがないよう気をつけてご指導願います。



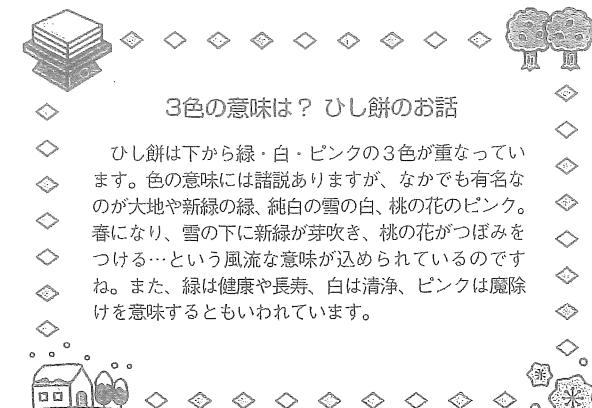
『スノーマン』
作・絵／レイモンド・ブリッグズ
(評論社)

男の子が目覚めると外は雪。一日がかりで作った雪だるまが、夜になると動き出し、とても楽しい時間を過ごします。しかし、翌朝目覚めると雪だるまの姿はなかったというストーリーが淡い色で描かれていて、子どもの心に響きます。この絵本には文字はありませんから、大人と子どもでおしゃべりしながら読んでもほしい1冊です。そして、雪の季節に誰もが経験したことのあるこの切ない気持ちは、あつという間に過ぎていく子育ても同じです。



『おかあさんになるってどんなこと』
作／内田 鹿太郎 絵／中村 悅子
(PHP研究所)

おまごとをしていたウサギのターコーが「おかあさんになるってどんなこと？」とミミちゃんにたずねます。「子どもの名前を呼ぶことよ」とミミちゃん。「子どもと手をつないで歩くことよ」とも。さらに、「心配して、思わずぎゅっと抱きしめて、涙が出ることよ」。子どもから見た「おかあさん」ってこんなふうに特別な存在です。子育てでいら立ったり、落ち込んだりしているママに、ぜひ読んでほしい絵本です。

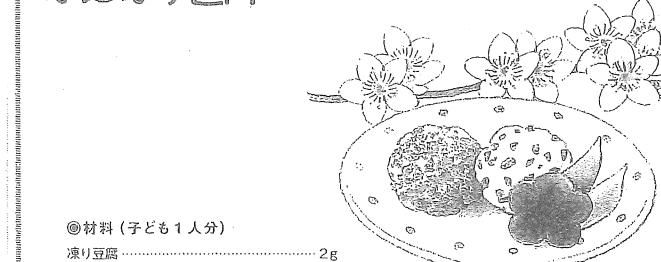


3色の意味は？ひし餅のお話

ひし餅は下から緑・白・ピンクの3色が重なっています。色の意味には諸説ありますが、なかでも有名なのが大地や新緑の緑、純白の雪の白、桃の花のピンク。春になり、雪の下に新緑が芽吹き、桃の花がつぼみをつける…という風流な意味が込められているんですね。また、緑は健康や長寿、白は清浄、ピンクは魔除けを意味するともいわれています。



冬の行事食レシピ

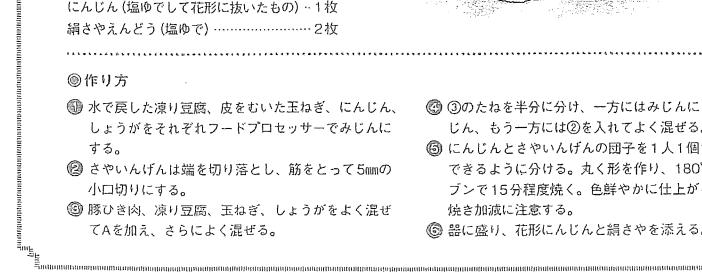
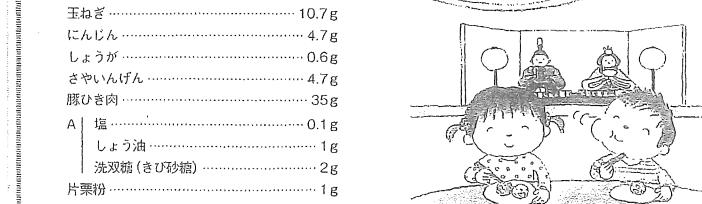


①材料（子ども1人分）

涼り豆腐	2g
玉ねぎ	10.7g
にんじん	4.7g
しょうが	0.6g
さやいんげん	4.7g
豚ひき肉	35g
A 塩	0.1g
しょう油	1g
洗濯槽（きび砂糖）	2g
片栗粉	1g
にんじん（塩でして花形に抜いたもの）	1枚
絹さやえんどう（塩ゆで）	2枚

②作り方

- ③のたねを半分に分け、一方にはみじんにしたにんじん、もう一方には②を入れてよく混ぜる。
- にんじんときやいんげんの団子を1人1個ずつ提供できるように分ける。丸く形を作り、180℃のオーブンで15分程度焼く。色鮮やかに仕上がるよう、焼き加減に注意する。
- 豚ひき肉、涼り豆腐、玉ねぎ、しょうがをよく混ぜてAを加え、さらによく混ぜる。
- 器に盛り、花形にんじんと絹さやを添える。



※このほけんだよりに
関するお問い合わせ
は国風第一幼稚園まで
TEL 524-0592