

# ほけんだより

H29. 3. 15

☆ 作成・編集 ☆

国風第一幼稚園  
副園長  
黒田 薫



三月に入り、春の気配とともに、卒園・進級の準備で慌ただしい毎日となっています。毎年のこととはいえ、なんだかうれしいような、寂しいような複雑な気持ちです。園庭では、年中・年少さんが植えたチューリップが、寒い冬を越え、緑の葉っぱが出て日に日に伸びています。みんなが咲くのを楽しみにしています。

この一年間で子どもたちは、大きく成長しました。毎日のあそびを通して、自分のことだけでなく友だちのことも考えられるようになり、さまざまな行事などを経験して、自信や勇気もついてきました。これからどのような成長を見せてくれるのか、とっても楽しみです。何をやるにも、まず健康な体であることが一番重要です。これからも、ご父兄の皆様と協力をして、子どもたちの心身の成長をサポートしてまいります。来年度からもよろしくお願い申し上げます。そして、卒園される年長のお友だちの、今後の活躍を心から願っています。

## 1年間でどこまでできましたか？

※よい生活習慣を身につけ、心身ともに健康に過ごせるようにしていきましょう。また、子ども自身が意識して生活しているよう、みんなで協力していきたいですね。

※よい生活習慣を身につけ、心身ともに健康に過ごせるようにしていきましょう。また、子ども自身が意識して生活しているよう、みんなで協力していきたいですね。

<input type="checkbox"/> 早寝・早起き 	<input type="checkbox"/> 毎日歯みがき 	<input type="checkbox"/> 毎朝朝食を食べる 	<input type="checkbox"/> 朝食後の排便 
<input type="checkbox"/> お風呂に入る 	<input type="checkbox"/> 手洗い・うがいを する 	<input type="checkbox"/> テレビやゲームは 時間を決めて 	<input type="checkbox"/> なんでも食べる 
<input type="checkbox"/> 外で元気に遊ぶ 	<input type="checkbox"/> 危ない遊びは しない 	<input type="checkbox"/> 家族でよく おしゃべりをした 	<input type="checkbox"/> 友達と 楽しく遊んだ 

☆春休み中、規則正しい生活を心がけましょう！

ひとつ大きくなる嬉しさでいっぱいの子どもたち。春休みは進級・進学への期待が増々高まりそうです。お休み中も生活リズムを整えることで気持ちが安定し、新しい環境にもとけこみやすくなります。また、このお休み中に、身のまわりの事で、自分で出来ない事があるお友だちは、練習をしましょうね！新年度を元氣な笑顔で迎えましょう！



作・絵/開頭なおかた  
ひさかたチャイルド  
250×250mm 24ページ

3歳児

## おとどけものでーす!

宅配便やさんが、なのはな畑を抜け、まだ雪に埋もれた山の村へ走ります。春を待つかおりちゃんのもとへ、宅配便やさんから薄緑色の箱が届きました。「おはやめにおあげください」と言かれた箱の中身は…。

読み聞かせのポイント

読み始めは「〇〇の家にも来たことある」と、話題がつかないでしようね。ゆっくり聞きましよう。車とともに移り変わる、繊細な春の景色の絵を見る楽しさも満喫ましよう。



文/角野栄子 絵/大島妙子  
文化出版局  
257×182mm 32ページ

5歳児

## 一年生になるんだもん

一年生になるまでに、どんな準備があるのでしょうか？手紙が来たさっちゃん健康診断に行き、名前を書く練習をしました。ランドセルを背負って、ついに迎える入学式。小学校って、どんな所でしょうか？

読み聞かせのポイント

6歳になったさっちゃんに、心待ちにしていた小学校からのお手紙が届き、さっちゃん周りの人たちの会話が弾みます。5歳児が、さっちゃんに共感を覚えられるように読みましよう。

# 絵本

春休み中は、ぜひ親子で絵本をゆっくり読んで楽しんで下さい。テレビやDVDでなく、お父さん・お母さんが読んであげる事がとても大切です！



原作/日本民話 文/こわせ・たまみ 絵/高見八重子  
鈴木出版  
226×213mm 24ページ

4歳児

## はなさかじいさん

おじいさんが、ぼちから従って畑を掘ると、大判判がざくざく。隣の欲張りおじいさんもまねをしますが、出るのはごみばかりです。怒った隣のおじいさんは…。日本五大昔話の一つで、七五調でつむぎます。

柔らかい色とタッチで、2歳児から楽しめますが、奇想天外な展開は4歳児も夢中になることましよう。読みだあと、心に残ったところを話し合おうといひですね。

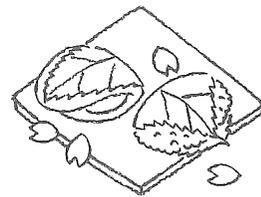
## 新たまねぎの簡単おかずはいかが？

【おかか和え】1. 新たまねぎ 1個を繊維を断つように薄切りにし、水にさらして水気をよく切る。2. めんつゆ大さじ1・オリーブオイル小さじ1を合わせてかけ、削り節 1/2カップで和える。

【みそマヨ焼き】1. 新たまねぎ 1個を 1cm幅くらいの輪切りにする。2. みそ大さじ 1/2・マヨネーズ大さじ 1・白すりごま小さじ 1を混ぜ、新たまねぎに塗る。3. 青のり少々を振りかけ、オーブントースターで焦げ目がつく程度に焼く。

## お花見と桜餅

お花見といえば団子ですが、桜を使った食べものも欠かせません。桜の香りがするお菓子といえば、桜餅。あんを包んだピンクの皮や餅に塩漬けにした桜の葉が巻いてありますが、江戸で花見が盛んになった時代、徳川吉宗によって植樹された隅田川の桜の葉を、近くにあったお寺（長命寺）の門番が用いたのが始まりといわれています。



## ★今回のおたよりの 参考資料★

- ・「いただきます・ごちそうさま春 2016 vol.55 冬 2016 vol.58」メイト
- ・「健康・病気のおたより文例」 ひかりのくに
- ・「ポット 2月号、3月号 2017」 チャイルド
- ・「プリプリ 3月号 2017」世界文化社
- ・「ピッコロ 2月号 2017」学研

一年間  
ありがとう  
ございました！

※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

