

モンキュウ通信

門田報徳保育園
2021年 1月



あけましておめでとうございます



年末年始のお休み、家族で楽しく充実した時間を過ごせたことと思います。

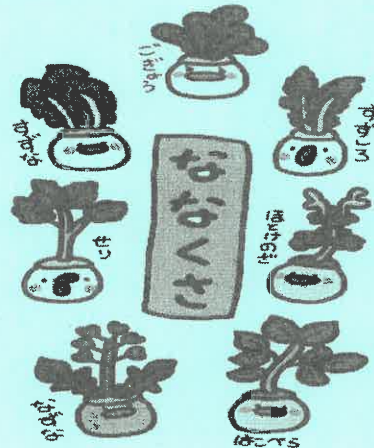
お正月は、お餅やおせち料理など、たくさんのごちそうや、夜更かしなどで、大人も子どもも生活リズムが乱れがちになります。健康のためにも、食事時間を規則正しくし、日常の生活リズムに戻すように心掛けましょう。



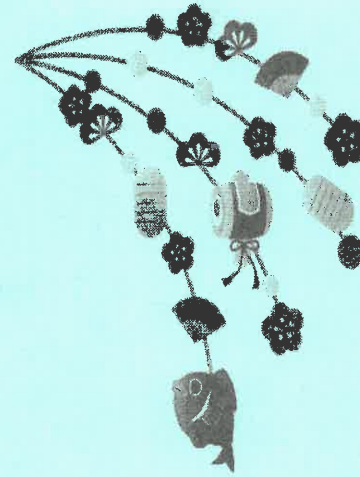
七草がゆを食べて 体調を整えましょう

七草がゆは、一年の無病息災とお正月のお祝いのために、1月7日にいただく、春の七草を使ったおかゆのことです。

お正月に美味しいものをたくさん食べて、ちょっと疲れてしまったおなかをひと休みさせるために、春の七草がゆを食べましょう。

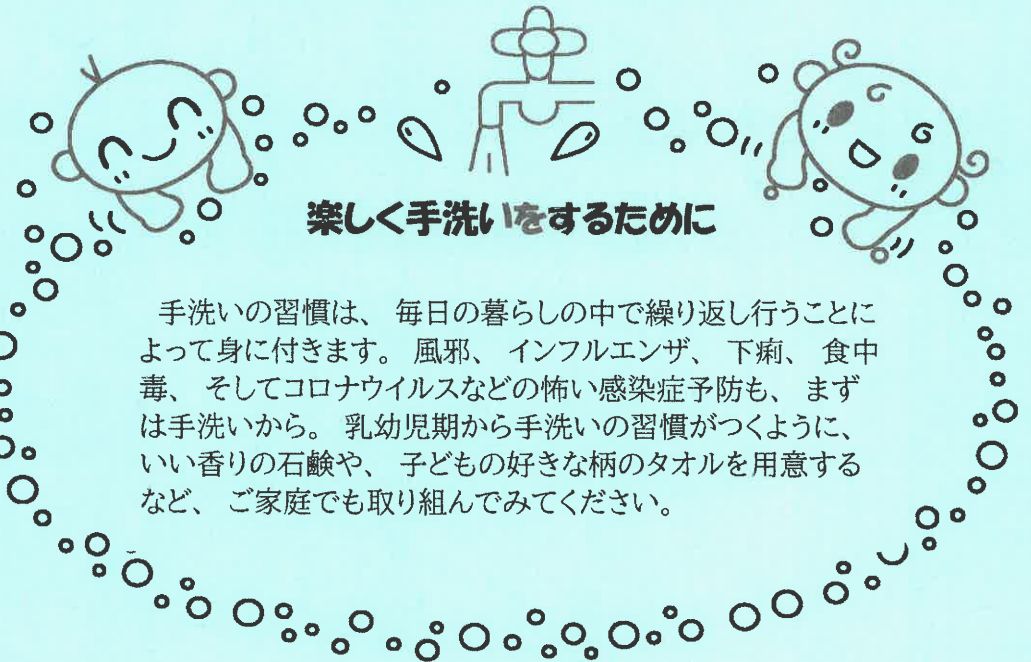


だんごさし



会津地方の伝統行事に習い、9日(土)にだんごさしを行います。五穀豊穡、家内安全を願い、各クラスごとに水木の木に、みんなで作っただんごをさします。一緒に小判、鯛、俵などの色とりどりのせんべいを飾ります。

古くから『二十日の風に当てるな』と言われ、十九日までに片付けるように伝えられています。きれいに飾られた、だんごの木をお楽しみください。



楽しく手洗いをするために

手洗いの習慣は、毎日の暮らしの中で繰り返すことによって身に付きます。風邪、インフルエンザ、下痢、食中毒、そしてコロナウイルスなどの怖い感染症予防も、まずは手洗いから。乳幼児期から手洗いの習慣がつくように、いい香りの石鹸や、子どもの好きな柄のタオルを用意するなど、ご家庭でも取り組んでみてください。