



あたより

hapinesu nursery school

2012年

2月号

NO.11



節分をすぎると立春、「春はそこまで」と言っても、まだまだ寒い日が続きます。大人はついつい「寒いねー」と言ってしまうのですが、子どもたちは元気いっぱい!! 暖かい日はお散歩や外気浴、園庭でかけっこやボールあそびなどを楽しみ、ホッペも真っ赤になっています。

体調を崩しているお友達は、暖かくして栄養と休息を十分にとり、早く元気になって冬をたくさん遊びましょう!!



ほけんたより

<<かぜは油断大敵>>

鼻やのどにウィルスや細菌が感染し発症をおこすものの総称を風邪症候群といい、上気道炎ともいいます。熱が出ずに軽く済んでしまうことも多いですが、油断をすると悪化して、

中耳炎、肺炎、気管支喘息など様々な病気を併発することもあります。体調が悪いと思ったら、家で安静に過ごしましょう。

また、保育園は小さい子どもの集団生活ですので、感染は最小限に防いでいきたいと思います。早めの受診、十分な療養で、お互い気を付けていきましょう。

【鼻水は健康のバロメーター】

鼻水は、鼻の中についた細菌やウィルスに反応し洗浄してくれる役目があります。さらさらと鼻から流れる鼻水は、こまめにふいて、口や衣服に付かないようにしましょう。また、粘り気や黄色や緑色の鼻水は要注意!!色の原因は、細菌と戦った白血球の死骸などで、風邪をひいている状態や何らかの細菌に感染しているサインになります。この状態が長く続くと、副鼻腔炎になりやすいので特に注意が必要です。受診の際、鼻水の様子を伝え、適切な処置をしてもらいましょう。

**風邪の予防は、
外出後の手洗い・うがい!!**



節分を楽しもう!



節分とは?

季節の分かれ目という意味があり、春夏秋冬それぞれに『節分』があります。とくに寒くて長い冬が終わり、やっと今から春が始まるという2月の節分は、大切にされてきました。

豆まき&豆を食べる

季節の変わり目は、鬼が入ってきやすいといわれ、鬼を払うために豆をまきます。豆まきが終わると、家族みんなが自分の年の数だけ豆を食べて、これからの健康を願います。



イワシと恵方巻き



鬼の嫌いなイワシの頭とヒイラギを飾って鬼を払ったり、恵方(吉方位)を向いて太巻きを食べる地域もあります。

ちなみに今年の恵方は**北北西**です。園でも、みんなで豆をまいたり、節分にちなんだ「いわし」や「大豆」を使った献立がたくさん登場します。楽しみながら1年の福を呼び込んでいきます!!



おたんじょうび おめでとう!

おのうえ ことろうくん 平成22年2月13日生

いとう まおちゃん 平成22年2月28日生

まつしま こうめいくん 平成23年2月23日生



絵本を読んで、おいしく食事

子どもたちの大好きな『はらぺこあおむし』の絵本には、おいしそうな食事がいっぱいあって、お腹がペッコペコになります。「食に関するお話」を、読んであげることで、子どもの食への興味を引き出します。ご家庭でもぜひ読み聞かせてあげてください。

<<食に関する絵本>>

ぐりとぐら ジャックと豆の木 白雪姫

ハンゼルとグレーテル おむすびころりん など

