



# 1月園だより

あおぞら保育園 平成 29 年 1 月号

あけましておめでとうございます。

お正月休みは、ゆっくりと過ごせましたか。久しぶりに園に来た子どもたちは、お友だちとお休みの出来事を楽しそうに話してみたり、再会を喜び合う姿があらこちらで見られることでしょう。

今年度も残り3ヶ月となりました。年長さんにとっては保育園生活もあとわずかになり、少々寂しさが募ります。たくさんのご経験を来年度につなげていき、子どもたちが健康で充実した園生活を過ごせるよう、職員一同見守ってまいります。今年もどうぞよろしくお願い致します。



## お正月の伝統遊び

### 羽根つき

羽根の玉に使われている黒い玉は『無患子』という木の実で、子どもの無病息災を願う縁起物です。更に羽根を羽子板でこんこんと打つ音は、邪気を祓うといわれ、羽根つきは子どもを病気から守る遊びとされています。

### たこ揚げ

昔から、立春の頃に空を見上げることは良いことだとされています。子どもが元気に育つようにと願いを込めて、江戸時代に新年の遊びとして定着していました。



### 福笑い

目隠しをして、おたふくの顔の上に目や鼻などの顔のパーツを置き、完成した面白い表情で笑う遊びです。『笑う門には福来たる』ということわざのように、新年の福を願ってみんなで楽しめます。

### かるた・百人一首

読み札と取り札があり、歌やことわざに見合うカードをたくさん取った人が勝ちとする遊びです。もとはポルトガル語からきた言葉ですが、江戸時代にはお正月の遊びとして定着し、百人一首・いろはかるた・花札などが誕生しました。



### 1月7日は七草粥

春の七草のセリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの入ったお粥を食べて、無病息災を願います。七草粥は冬に不足しがちなビタミンを補い、お正月の暴飲暴食で疲れている胃を休める効果があります。『人日の節句』とも呼ばれ、もとは中国から伝わった行事です。

セリ・・・鉄や食物繊維が多く、貧血や便秘の解消に効果的。  
ナズナ・・・止血、解熱効果があり、血圧を下げる効果も。  
ゴギョウ・・・咳やのどの炎症に効果があり、風邪予防になる。  
ハコベラ・・・タンパク質やミネラルが含まれている栄養豊富な薬草。  
ホトケノザ・・・食物繊維が豊富で、食欲増進や胃を丈夫にする。  
スズナ・・・ジアスターゼを含んでいるので、消化促進、解毒効果がある。  
スズシロ・・・咳や痰を抑え、消化促進、便秘解消効果もある。



## 1月の行事

- 5(木) 新年会
- 10～13 身体測定週間
- 12(木) 保健指導(ことり)
- 13(金) にじいろワークショップ
- 16(月) 保健指導(はな)
- 17(火) 幼児体育指導  
保健指導(つき)
- 19(木) 避難訓練
- 25(水) お誕生日会
- 27(金) 発表会リハーサル

## 2月の行事

- 1(水) 発表会リハーサル
- 3(金) 豆まき
- 7(火) 発表会リハーサル
- 11(土) 発表会
- 13～17 身体測定週間
- 14(火) 幼児体育指導
- 15(水) 調理保育(ことり)
- 16(木) 調理保育(はな)
- 17(金) お誕生日会
- 20(月) 調理保育(つき)
- 21(火) ひな人形飾り
- 23(木) にじいろワークショップ
- 24(金) お別れ遠足(つき)
- 25(土) 新入園児面談
- ★予告なし避難訓練

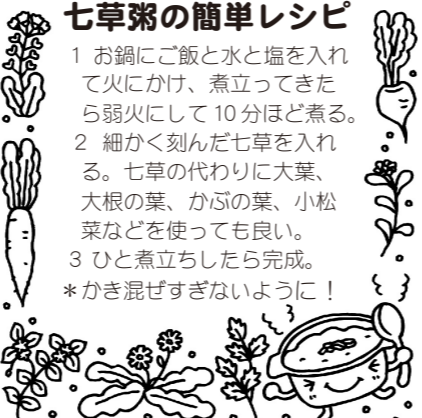
## おもちつき

先月のおもちつきでは、子ども達と保護者の皆様と一緒に楽しく美味しいお餅を食べることができました。ご参加いただいた保護者の皆様、ご協力ありがとうございました。



## 七草粥の簡単レシピ

- 1 お鍋にご飯と水と塩を入れて火にかけ、煮立ってきたら弱火にして10分ほど煮る。
  - 2 細かく刻んだ七草を入れる。七草の代わりに大葉、大根の葉、かぶの葉、小松菜などを使っても良い。
  - 3 ひと煮立ちしたら完成。
- \*かき混ぜすぎないように！



## ●ひよこ

あけましておめでとうございます。  
子どもたちは、この数ヶ月で言葉がぐんと成長しました。お散歩先で一人が「わんわん！」と言い出すと、僕も私も「わんわん」「わんわん」の嵐。みんな見つけたもの、気づいたことを伝えたくて仕方がないようです。まだまだ寒い時期は続きますが、みんなお散歩がだ～いすき。冬ならではのものをしたり、触ったりと色々な事にチャレンジしていきたいです。

2月には初めての発表会も控えています。手遊び、ふれあい遊びをそれぞれらしく真似するようになり、ちょっとずつお姉さんやお兄さんになったように感じます。当日は初めての場所、沢山の人がびっくりしてしまうかもしれませんが、可愛い姿をお見せしたいです。

ひよこ組での生活もあと数ヶ月。風邪など引かず元気に過ごして行きたいと思います。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



## ●ぺんぎん

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。

寒い日が続きますが、「お外へ行く？お部屋で遊ぶ？」と聞くと、「おそと-!!!」と、外が大好きな子ども達は寒さに負けず元気いっぱい遊んでいます。ピアノに合わせて体を動かすことも楽しんでるぺんぎん組さん。くるくる回るときには、「目がまわる～」と言いながらも速く回ってみたり、ゆっくり回ってみたり。男の子チーム、女の子チームに分かれると「がんばれ～!!」と声援を送り、大盛り上がりです。

また、色々な物に興味津々で、給食では「これなに？」と質問しながら食べる事が多くみられるようになりました。給食の先生に、実際の野菜や魚などの食材を見せてもらい、「あっ、これは○○だよね」と嬉しそうに友だち同士お話ししながら楽しく給食を食べています。

2月には発表会があります。子ども達の可愛い姿を見てもらえるよう、寒さに負けず元気いっぱい過ごしていきたいと思います。



## ●うさぎ

あけましておめでとうございます。  
本格的に寒くなってきましたが、うさぎ組の子どもたちは毎日元気いっぱい戸外遊びを楽しんでいます。上着を着ないで外に飛び出している子呼び止めて「着ないとさむいよー！」と声をかけている毎日です。せっかく上着を着ても公園につくと「寒いから脱いでいい？」と必ず聞かれます。寒さに負けず今月もたくさん体を動かして遊びたいと思います。

また、食べる事に興味を持ってもらおうと、給食に使われている食材を給食の先生が実際に見せてくれる機会がありました。「これはなに？」と当てっこしている中でゴボウを見せたときに「ぼー！今日公園に落ちてたよ！」という子がいて、あまりの可愛さに大笑いする職員でした。

## ●ことり

あけましておめでとうございます。  
12月はことり組だけであさひ公園に行きました。歩くスピードも速くなり、前が空いていると「あいてるよ～」と言いながら自分たちで間をつめられるようになったことに成長を感じています。あさひ公園に着くと「マラソンするの？」と子どもたちから言う姿があったので、「しよう!!」と言うと「がんばるぞ!」という声にびっくり。早くゴールした子がまだ走っている子に「○○ちゃんがんばれ～」などと声をかけ、最後の子がゴールするとみんなで抱きつきにいく姿を見て、とても優しいクラスだと感じ微笑ましかったです。

さて、これから発表会の練習が始まります。みんなでアイデアを出し合いながら楽しく練習していきたいと思います。



## ●はな

あけましておめでとうございます。  
寒い日が続いていますね。はな組では戸外よりも室内で遊びたいという子もいますが、太陽の暖かさを感じられる時は皆で外に出ていっぱい走ります。すると「暑くなった、脱いでもいい？」という子がいます。寒さに負けず過ごして行きたいと思います。

さて新年になりました。日々意欲満々な子ども達です。先月の体育指導では縄跳び、ボールつき、100回目標の声がかかりました。どこまでできるか挑戦して行きたいと思います。また室内遊びで、突然「せんせい、『ゆ』を書いて」といわれ、それを見ながら練習をしていました。色々な事に興味を持って接する姿に嬉しさを感じます。

その一方で、食事のマナーについて、食べ物が机の下に落ちていたり、姿勢や態度が気になっています。その為、子ども達と食について話し合う時間をもち、感謝の気持ちも忘れずに過ごしていきたいと思います。



## ●つき

あけましておめでとうございます。  
大人も子どもも新年の抱負を胸に抱き、心引き締まるときですね。早いものでつき組さんとして過ごせるのはあと3か月。これまでの日々の中でできることがぐんと増えたり、友だちと一緒に挑戦し、心もからだもたくましくなった子どもたちです。今までの生活の積み重ねが力になっていることを丁寧に確認し、子どもたちの自信に繋がるように努めていきたいと思います。楽しい思い出がよりいっそう増える一年になりますように。本年もよろしくお願ひいたします。

