

ほうおんだより(2月)

NO. 708 R4. 2. 1 発行



[2月のことば]
つとめます
〈精進〉

基本的な生活習慣は毎日毎日の繰り返しによって徐々に身についてくるもの。「早く」といったからといって「早く」身につくものではありませんね。地道に着実に歩む“精進(努力)”をこころがけましょう。



お茶のおけいこ(年長)

10月から始まったお茶のおけいこ。上田宗箇流の潤居先生に楽しく教えていただきました。初めて体験する子がほとんどで、お抹茶の味に「苦い…」と苦戦する子も…ですが、お抹茶が体に良い!!ということを知ると2回目のおけいこの時には「苦いけど全部飲めたよ!」「おいしかった～」と味の感想に変化が見られました。また、姿勢や歩き方など潤居先生にたくさん褒めていただき、子ども達も自信がついてきたようです。1月29日(土)に予定をしていた卒園茶会に向けて、日頃の活動でもおもてなしができるように取り組んでいたきいぐみさん。コロナウイルスの影響で中止となってしまいましたが、別の形でうちのの人に感謝の気持ちを届けることができないか…と考えて、何か思い付いたようです。一体何を思い付いたのかはまだ内緒♡楽しみにしててくださいね!



園ごよみ



11日(金) 建国記念の日

15日(火) 涅槃会(お釈迦様が入滅された日)
避難訓練(火災)

18日(金) お誕生日会
※今月もコロナウイルス感染拡大防止のため保護者の方の観覧はできません。ご了承ください。

21日(月) 角笛シルエット(年長ぐみ)

23日(水) 天皇誕生日

◎3月のお誕生日会は、9日(水)の予定です。
◎身体測定の日程は、各クラス登降園簿横『活動スケジュール』でご確認ください。
※今後の行事については、中止等を含めて見直しを行う場合がありますので、予めご了承ください。



2月給食献立表

1	火	松風焼き・卵とわかめのスープ
2	水	八宝菜・粉ふき芋
3	木	鰯のかば焼き・すまし汁
4	金	ポークビーンズ・ツナときゅうりの酢の物
5	土	ミートスパゲティ
7	月	五目炒り豆腐・切り干し大根のごまネーズ
8	火	鯖の竜田揚げ・冬野菜のあったか汁
9	水	おでん
10	木	郷土料理の日(山口県) けんちょう・レンコンサラダ
12	土	煮込みうどん
14	月	白身魚のおろし煮・豚汁
15	火	鶏肉の照り煮・ハムと小松菜のソテー
16	水	厚揚げのカレー煮・白菜の刻みのりサラダ [毎月16日は親鸞様のご命日につき精進メニューです]
17	木	豚肉と大根の煮物・ひじきサラダ
18	金	お誕生日会 お絵描きオムライス・コーンスープ・きらきらサラダ
19	土	わかめラーメン
21	月	まりあげ・スパゲティサラダ
22	火	鮭の塩焼き・ひじきの炒め煮
24	木	麻婆白菜・バンサンスー
25	金	かぶのクリームシチュー・ブロッコリーときこのごま酢和え
26	土	カレーうどん
28	月	回鍋肉・かぶの甘酢和え

風船ポーン (オレンジぐみ)

先生が作った羽子板に子ども達がシールを貼ってマイ羽子板を作り、天井から吊した風船をポーン!とついで羽根つきごっこあそびを楽しみました。手作りマイ羽子板を持って「きゃ〜!」と歓声をあげながらとっても嬉しそうな子ども達。オレンジぐみさんもお正月あそびを存分に楽しみました♪

ポーン
ポーン♪



わ〜みてみて〜!



お正月あそび特集!

たこたこあがれ!
(乳児・幼児ぐみ)

絵を描いたり・シールを貼ったりして手作りのオリジナル凧の完成! 園庭や屋上に出る前からワクワク♡凧を持つととびきりの笑顔で走りだします。

お友だちの凧が揚がると、「すご〜い!」「がんばれ〜!」と自然と応援をする、とってもかわいい子ども達でした。



先生!!
揚がってる〜?



かるた大会 (年少・年中ぐみさん)

年少さんは初めてのかるたに挑戦。先生が読む文章をしっかり聞いて白熱した勝負を繰り広げていました。年中さんは大きなかるたを使ってのかるた大会。「よっしゃー!とった〜!」と大喜びしたり、悔しくて涙がでたり…大興奮の勝負になりましたが、またやりたいとやる気満々の子ども達です。

わかるかな〜
『えびフライ…』



あった〜
はい!



食育コーナー

風邪に負けない 体力づくり

風邪をひかないためには、バランス良く栄養をとり、体の「免疫力・抵抗力」を高めることが必要です。特に体を温め、抵抗力を高めると言われているタンパク質や、のど・皮膚・粘膜を健康に保ち、免疫を高めると言われているビタミンA、そして、感染予防に役立つとされているビタミンCが多く含まれている食べ物をしっかり取りましょう。

タンパク質
肉・魚・大豆・大豆製品・乳・乳製品・に多く含まれる。

ビタミンA
かぼちゃ・人参・ほうれん草などに多く含まれる。

ビタミンC
かぶ・白菜・大根・いちご・みかんなどに多く含まれる。