

令和6年度

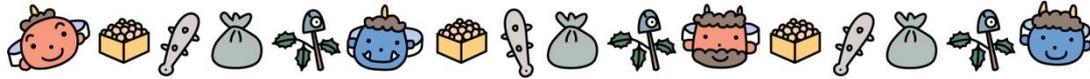


えんだより



西出水認定こども園 出水市西出水町367番地

電話番号 62-0577 園長 萩嶺 龍昭 担当 島田 昌子



春の草花がほころび始め、春の気配が感じられるようになりましたが、まだ寒い日があり感染症もまだ油断は出来ません。手洗い・うがいをこまめに行い、来月には発表会など大きな行事も控えていますので、体調管理には十分に留意していきたいですね。

また、2月は「逃げる月」とも言われ(1年で最も短い月)あつという間に過ぎていきます。進級・進学に向けて1日1日を大切に充実した日々を送ればと思います。



鼻呼吸ですか？口呼吸ですか？



子どもが普段、口をぽかんとあけていることはありませんか？そんな場合は、口呼吸が疑われます。鼻は天然のマスクです！鼻毛は、空気中の細菌やウイルスを取り除く、フィルターの役割をしています。

口呼吸では、それらが取り除かれずダイレクトに体内に入ってしまうため、かぜやインフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。

また、口の中が乾燥し、唾液による自浄作用が低下することから口の中の細菌の活動性が高まるため、むし歯や歯周病のリスクを増大させます。

口が開いているので、舌が下がり、くちびるに締りがなくなり、歯並びも悪くなります。発音にも影響します。



できるだけ口での呼吸は避け、鼻呼吸を習慣づけることで感染症にかかるリスクは大いに軽減できるでしょう。

少しの意識で風邪やインフルエンザにかかりにくい身体を作っていきましょう！

鼻呼吸をスムーズにするために鼻をかむことも大事です。

鼻血が出たり、両方一度や強くかみ過ぎないように注意して出来るといいですね。子どもに鼻のかみ方を教えるのは、意外と難しいですよ。鼻をかむのに大切なことは、鼻から息を出すことです。大人が手伝いながら、練習してみましょう。



鼻から息を出す遊び

遊びの中で、「鼻から息を出す」ことに慣れていきましょう。

①ティッシュを顔の前に広げ口で「ふうー」と吹いて、ティッシュを揺らす。

口でできたら、口から息を吸って鼻で吹いてみる。

②机の上にティッシュの丸めたものを置き、片方の鼻を指で押さえて、鼻息だけでティッシュを飛ばす。どうぞやってみてください!!



2月

ぞうぐみ



担任 上間 愛

新年が明けて、あっという間に1ヶ月が過ぎました。時の流れと、子どもの成長の早さは驚くほど早いものですよね。私達スタッフも負けないように日々成長して参りたいと思います。

また、先月の保育参観はありがとうございました。今月は、節分やお別れバス遠足・ボランティアイベント出演等、イベントが盛りだくさんです。風邪やインフルエンザ等の予防にも充分配慮しながら、元気いっぱい過ごしていきたいと思います。



お知らせ・お願い



○10日(月) **お別れバス遠足**
(木下大サーカス)

7:45までに集合 8:00 出発

11:00~13:00 公演 16:30 帰園予定

リュックに、**おにぎり弁当**(中に具を入れて、ラップで包んでください)・水筒・ハンカチ・ティッシュ・おしぼりを入れて下さい。

○22日(土) **ボランティアフェスタ**
(運動会で披露したバルーンをします。)

※詳しくは別紙をご覧ください。



○お遊戯会で使う衣装など入れるので、

A3 サイズの紙袋(レジ袋は不可)を、**15日**

までに持たせてください。また、この紙袋は卒園式の時に持ち帰ります。



● 防火ポスター



保育参観

HAPPY BIRTHDAY

1日 あすかさん
11日 こうせいさん
12日 つきのさん
15日 ゆうまさん

たこあげ





きりんぐみだより 2月号

担任 長谷川 純子

寒い日が続きますが、子ども達は元気に過ごしています。外遊びの前には必ず、体をほぐし、園庭をマラソンで5周走っています。友達を誘い合って鬼ごっこやだるまさんがころんだなどを楽しんでいます。2月は日数が少ないのであつという間に過ぎます。3月のお遊戯会は全員が参加できるように、体調管理をよろしくお願い致します。園でも、うがい手洗いをしっかりしていきたいと思います。



お江戸はカーニバル



可愛くてごめん



かるたあそび



レインボー

お遊戯曲発表



フラガーベイト

持ってきて頂きたい物がある時は、後日お知らせ致します。



いちご収穫
今年は大粒が多いです



室内遊び



戸外遊び

お知らせとお願い

◎22日(土)にマルマエホールで、ボランティアフェスタがあります。ぞうぐみさんが園代表で舞台出演します。見に行つてはいかがでしょうか。(いろいろなイベントもあるようです。)

◎お遊戯会、予行練習の日は、全員**黒の靴下**(長さはおまかせします)をはいて来て下さい。

◎お遊戯会の衣装を入れるための、**大きめのエコバッグかレジ袋**に、しっかりと名前を記入して**7(金)までに全員ご用意**下さい。

◎行事日程について...予行練習(3/3, 3/5)

お遊戯会(3/8) お別れ遠足(3/14)

新年度準備のため休園(3/29, 3/31)

新年度スタート(4/1~)

2月うまれのおともだち

19日 いつきくん

22日 ゆかいさん

おたんじょうびおめでとう♪



うさぎぐみだよ!



丸畑 ゆかり

厳しい寒さが続くこの頃。子どもたちは、ひんやりとした空気を肌で感じたり吐く息の白さを楽しんだり、小さい体で季節を感じながら過ごしています。園内は子どもたちの元気な声と笑い声に溢れ、不思議と寒さを忘れてしまいます。冬の遊びや楽しみを見つけながら、今月も元気に過ごしたいと思います。

今月は、来月に行われるお遊戯会に向けて、練習に楽しく参加できるようにしていきたいと思います。まだまだ風邪の流行る時期ですので、健康に過ごしていきましょう。



おみせやさんごっこ



Happy Birthday

2月生まれのお友達

- 1日 おとちゃん
- 3日 けいとくん
- 3日 なるちゃん

4歳になります!

おしらせ

○3月3日、5日は音楽ホールにて、お遊戯会の予行練習があります。

○3月8日(土)は、お遊戯会です
当日は、体操服上下と白靴下で現地集合となります。

*詳細や変更点などは、その都度お知らせいたします。よろしくお願いいたします。



いすぐみだよ!



担任 坂元陽子

真冬の寒さに負けず、元気いっぱいに登園してきてくれる子供たち。

3月の発表会に向けて、楽しみながら日々の練習も頑張っています。まだまだ、寒い日は続くので、体調管理には十分に気を付けて、元気に発表会当日を迎えられるように努めていきたいと思います。



おしらせ

◎うさぎ組への進級に向けて、3月よりシューズを履いて過ごしていきたいと思っています。靴と同じサイズでも、シューズだときつかったり、靴と違ってシューズだと自分で履けなかったりしますので、自分で脱いだり履いたり出来て、足にあったものを用意して頂きたいと思っています。持ってきてもらう時期は、来月のおたよりでお知らせ致します。

手袋が真っ黒になるまでじゃがいも掘ったよ!



新しいお友だち
まおりちゃん
よろしくね♡

2月生まれのお友だち

1日 かいせいくん
4日 ふみかちゃん

おたんじょうびおめでとう

発表会について

◎衣装を入れる為の、大きなエコバックかレジ袋に、しっかりと名前を記入して2月7日(金)までに持たせて下さい。
◎発表会当日は、体操服上下でお願いいたします。

お遊戯曲について

ワイワイワールド(アラレちゃん)

ゆいちゃん・ひなちゃん・あいらちゃん
ふみかちゃん・さくちゃん・りなちゃん
るなちゃん・つきちゃん・まおりちゃん

学園天国

なりくん・れおくん・かいせいくん・おうりくん・ゆうかちゃん・ほのかちゃん・かなでちゃん・ゆすなちゃん

どうぶつ村のぽんぽこバス 全員で踊りま



ひよこぐみだよ!



担当 宮野 彩月

新年が始まり、1ヶ月が経ちました。あっという間に慌ただしく過ぎていく日々ですが、子どもたちは少しずつ成長しているようです。自分で靴下や靴を履いたり、衣服の着脱が上手にできるようになったり、トイレで排泄ができたりと個人差は大きいですが、それぞれが頑張っていると思います！園で頑張るだけでなく、御家庭でも子どもたちと一緒に色々なことにチャレンジしてみてくださいね。さらに大きな成長が見られるのではないのでしょうか。

全国的にインフルエンザが流行していて大変な時期ではありますが、できる予防をしっかりとしていけたらと思います。子どもたちの様子で何かいつもと違う点があれば御家庭で様子を見てもらったり、早めのお迎えをお願いしたりすることがあります。御理解・御協力をよろしくお願い致します！



福笑い

新聞紙遊び



～お知らせ・お願い～

- ☆ひよこ組全員の準備物は、**大きめのレジ袋、または布製のエコバック**です。
名前を記入して、2月8日(土)までに持たせて下さい。※発表会の衣装や脱いだ服を入れます！
- ☆発表会当日の服装は**1歳児全員上下体操服**でお願いします。**0歳児は体操服でなくても大丈夫**です。分からないことがあれば気軽に質問してくださいね。
- ☆ジャンパーも週末には洗濯をしていただくと助かります。ジャンパーを着て**戸外遊び**をすることもありますので、汚れることがあります。よろしくお願い致します！

～発表会のお遊戯曲～

●かみないびりびり●

はるとくん・らんちゃん・れなちゃん・(な)みなとくん・かりんちゃん・しのちゃん・きほちゃん・(い)みなとくん・こうせいくん・なぎとくん・わこちゃん

●いんごアップルン●

ひろむくん・しゅうきくん・りこちゃん・わかなちゃん・とわなちゃん・かいいくん・ひゅうがくん・れんくん・ゆうせいくん・れおくん・えみとくん



出水中央児童クラブ

西南西



担当 山並 博樹

今年度も残り2ヶ月となりました。1日1日を大切に、楽しんでいきたいと思
います。

寒さも厳しい日があり、色々な感染症も気になりますが、児童クラブでも、手洗い、消
毒、換気等で、感染症対策をしっかりとしていきます。

今年の節分は、2月2日（日）です。各ご家庭でも、節分の行事をされてみてはいか
がでしょうか。悪い鬼をやっつけて、1年を健康に過ごしましょう。

クッキングのお知らせ



2月1日（土）にクッキングをします。

参加される方は、エプロン、三角巾、マスクを当日持参してください。



1月の様子です





天気が悪く凧あげできなかったですが、凧作りをしました





今月の行事予定 ~2月~



日	月	火	水	木	金	土
※1「雨水」とは雪が雨に変わり草花が芽吹き始める時期のこと		※2/4~2/7 まで出水商業高校から2名職場体験学習に来ます。				1
2 節分	3 立春	4 2歳児歯科相談	5	6	7	8 入園説明会
9	10 卒園バス遠足	11 建国記念の日	12 3歳児健診	13	14 発育測定 	15
16	17	18 雨水※1 2歳6か月歯科相談	19 1歳6か月、3歳児健診	20 避難訓練	21	22 ボランティアフェスタ
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26 誕生会 1歳6か月健診	27	28 5歳児歯科相談	

母子健診のお知らせ・・・出水保健センター：1歳6か月健診 2/26(水)、2歳児歯科相談 2/4(火)、2歳6か月歯科相談 2/18(火) 3歳児健診 2/12(水)、5歳児歯科相談 2/28(金)
・高尾野健康管理センター：1歳6か月、3歳児健診 2/19(水)

今年の節分は2月2日!?



節分は本来、四季を分ける節目のこと。このうち春の始まりを表す立春の前日の節分は、豆まきをしたり、恵方（えほう）巻きを食べたりと特になじみが深いですね。立春や夏至、冬至といった暦（こよみ）の二十四節気は、太陽と地球の位置関係で決まります。例えば、春分は太陽が真東から昇（のぼ）る日。こうした暦は国立天文台が決めていて、地球が太陽を1周する時間は365日ぴったりではなく6時間弱長い、そのため、毎年少しずつ地球の位置がずれていき、立春も2月4日になったり3日になったりして、『うるう年の翌年は2月2日が節分』。という流れは続き、「当分は4年おき」（国立天文台暦計算室）だそうです。



おゆうぎ発表会

◎期日：3月8日(土)

◎時間：9:00~12:00

◎場所：マルマエ音楽ホール

◎予行練習：3/3(月)9:30~11:00 うさぎ組、きりん組、ぞう組

3/5(水)9:30~11:00 きりん組、ぞう組

ひよこ組、りす組さんは、別の日に園のホールで練習します。



音楽ホールに行き練習します。

☆2/8(土)：入園説明会(令和7年度新入園児説明会) 13:30~15:00

☆2/10(月)：卒園バス遠足(ぞう組木下大サーカス観覧) 8:00 出発 16:30 帰園予定

☆2/22(土)：ボランティアフェスタ(ぞう組出演) 12:30~13:00の間の10分間

☆3/8(土)：おゆうぎ発表会

☆3/14(金)：お別れ遠足(全園児)

☆3/22(土)：卒園式

☆3/29(土)、31(月)新年度準備



詳しくは後日お知らせします。



食育だより



食育は生きる上での基本

食育は知育・道徳・体育の基礎となります。様々な経験を通じて「食」に関心をもてる子どもに育ってくれるように園では食育に力を入れています。

令和6年度 2月号

担当:松ヶ野 綾子



1月の食育内容紹介

畑の野菜の収穫が盛りだくさんです。かぶ・じゃがいも・小松菜・ほうれん草・子どもたちが大好きないちごの収穫真っ最中です。インスタにも収穫したときはあげています。ぜひ見てください。1月の保育参観では11日が鏡開きということで、園でついた餅を使ってぜんざいを作り、保護者の皆様に食べていただきました。

きりん組さんが保育参観と一緒にじゃがいも堀り(^^♪



フライドポテトに変身



うさぎぐみさんはお父さん・お母さんが食べているぜんざいをみて子どもたちから「食べたい!!」とリクエストがありみんなで食べる事になりました。みんなで食べたぜんざい美味しかったね(^^♪



うさぎ組さんがいちごを収穫してくれました。いちごの栄養は食物繊維・ビタミンCが入っています。食べると便秘解消になりますね!(^^)!



家でも簡単に作れる<カップケーキ>の作り方について...



材料(マフィンカップ6個分):ホットケーキミックス粉 150g・卵 1個・砂糖 27g・牛乳 60cc・油 60cc

手順:ボールに卵・砂糖・牛乳・油を入れて混ぜ、ホットケーキミックス粉を加えてさらに混ぜる。カップの7分目まで生地を流し入れ 180℃で 12~15分焼いて完成♪

バターを使わずに油で作れるのでお手軽カップケーキです。

ぜひバレンタインに子どもさんと作ってみてはどうでしょうか(^^♪



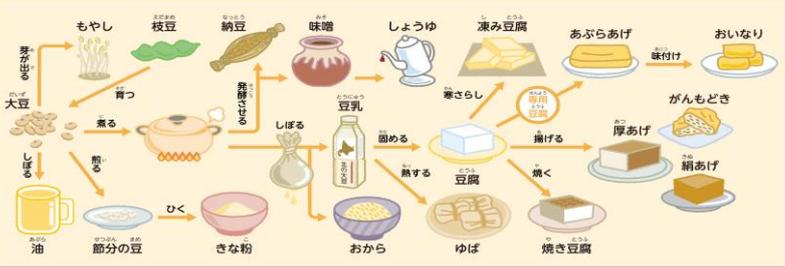


2月の給食献立予定表



月	火	水	木	金	土
					1
				朝のおやつ	牛乳・野菜バー
				主食	混ぜごはん
				主菜	
				汁物	豚汁
				副食	浅漬汁・バナナ
				3時のおやつ	
					お楽しみに()-☆
3	4	5	6	7	8
牛乳・えびせん	牛乳・ふかし芋	牛乳・ビスケット	牛乳・小魚チップ	牛乳・ジャムサンド	牛乳・サフレ
麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	おにぎり	麦ごはん
魚の蒲焼き	豚肉のソース炒め	鶏肉の照り焼き	魚のフライ	わかめうどん	肉豆腐
味噌汁	春雨スープ	吸物	味噌汁		中華スープ
サラダ	中華和え	サラダ	フロッコリー	和え物・フルーツ	和え物
牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	牛乳	
おからクッキー	じゃりパン	せんべい	カップケーキ	ドーナツ	お楽しみに!()!
10	11	12	13	14	15
牛乳・ビスケット		牛乳・クラッカー	牛乳・ポテト	牛乳・せんべい	牛乳・ドーナツ
麦ごはん	建国記念日	麦ごはん	ゆかりごはん	そばろ丼	カレーライス
魚の味噌焼き		チキンカツ	ナポリタン		
吸物		味噌汁	スープ	ポトフ	
和え物		サラダ	サラダ	ミニフリン	サラダ・フルーツ
牛乳	日本という国が	麦茶	牛乳	牛乳	
ハートパイ	できたお祝いです	フルーツポンチ	クッキー	ふわふわケーキ	お楽しみに!()♪
17	18	19	20	21	22
牛乳・バナナ	牛乳・えびせん	牛乳・小魚チップ	牛乳・ビスケット	牛乳・ふんわりコーン	牛乳・クリームサンド
麦ごはん	おにぎり	麦ごはん	麦ごはん	おにぎり	鶏天丼
マヨチキン	お好み焼き	魚のカレー醤油焼き	豚肉の甘酢がらめ	かき玉うどん	
味噌汁	スープ	すまし汁	味噌汁		味噌汁
フロッコリー	フルーツ	和え物	サラダ	和え物・フルーツ	和え物
牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	牛乳	
きなこ団子	手作りおととと	ミルクゼリー	チョコケーキ	メロンパン	お楽しみに!()-☆
24	25	26 (誕生日会)	27	28	
	麦茶・ゼリー	牛乳・ミルクパン	牛乳・クラッカー	牛乳・せんべい	
	チャーハン	おたんじょうびおめでとう! 	おにぎり	麦ごはん	
振替休日	春雨スープ		長崎皿うどん	魚の竜田揚げ	
	和え物		サラダ・フルーツ	味噌汁	
天皇誕生日の振替休日です。	牛乳	リクエスト献立	牛乳	牛乳	
	たこ焼き風ポテト	です。お楽しみに♪	えびせん	マヨパン	

2月といえば節分!! 節分といえば豆まき!! 今回は「大豆」について知ってみましょう。
大豆は様々な食品に加工されます。豆腐や油揚げ、納豆など和食に欠かせない食材や味噌・しょうゆといった調味料、豆乳やきな粉などおやつにもなります。日々の食事の中で大豆製品は欠かせないものです。子どもと一緒に大豆製品を探してみましょう。



大豆の栄養について...大豆は「畑の肉」と呼ばれています。良質のたんぱく質(人間の筋肉・内臓など組織を作る栄養)を多く含んでいます。