

来月の予定

1月19日(木)

わらべうた遊び 絵本の紹介

時間：10時30分～11時00分

場所：かやの実保育園

持ち物：飲み物

毎回、職員による相談も行っています。遠慮なくどうぞ・・・



★ かやの実健康相談★

園医による健康相談を行なっています。

完全予約制です。事前に電話にて予約をお取りください。

1月25日(水) 14時30分～

場所：かやの実保育園

かやの実保育園

〒205-0002 羽村市栄町 2-1-5

☎042-555-0458

FAX042-579-2553

URL：<http://www.kayanomi.or.jp>

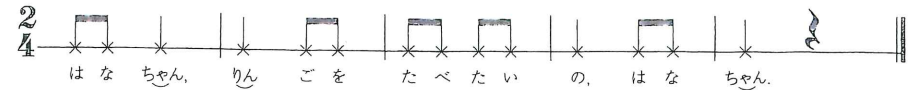
参考文献・・・

目あそび・手あそび・足あそび(草土文化)

わらべうたと遊びの広場

「花いちもんめ」 かやの実保育園

令和4年度12月号



①はなちゃん

鼻を2回さわる



②りんごを

頬を2回さわる



③たべたいの

口を3回さわる



④はなちゃん

鼻を2回さわる



「はなちゃん」を
ぜひお子さんの名前に変えて
遊んでみてくださいね！
顔の他の部分をさわりながら
うたっても楽しいですよ♪

冬野菜を味わおう

冬野菜をたくさん使った鍋ものやシチューがおいしい季節です。冬は甘味も出て柔らかくおいしく、体を温める根菜類や緑黄色野菜がたくさんお店に並んでいます。野菜を食べて元気に過ごしましょう。

【だいこん】



ビタミンCが多く、消化酵素を含み胃の消化吸収を助けます。

【白菜】



ビタミンCや食物繊維が豊富。味にくせがないので、鍋もの、汁もの、炒め物等、色々な料理で楽しめます。

【ほうれんそう】



鉄分の含有量が多く、肉類・ゴマ・ピーナッツなどが吸収を助けます。おひたしや炒め物など様々な方法で楽しめる栄養価の高い食材です

【ブロッコリー】



ビタミンCが非常に豊富なので、カゼ予防に役立つほか、鉄分もたくさん含んでいます。つぼみより、茎の方が栄養価が高いです。

絵本紹介

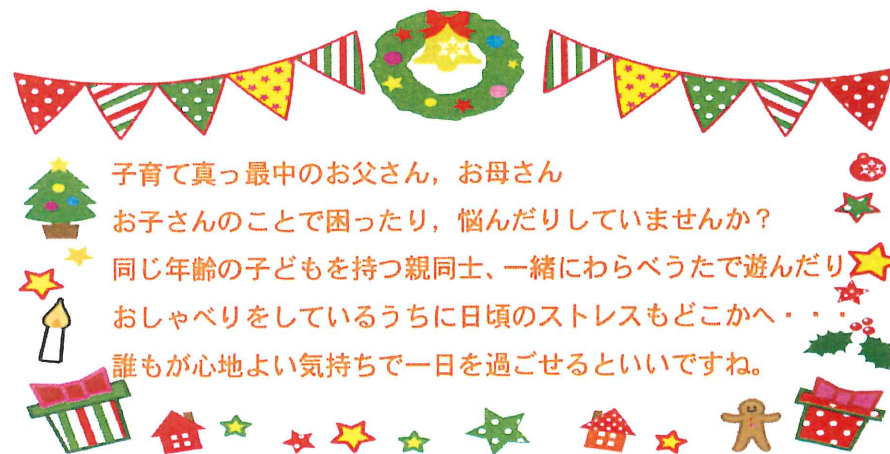
だれのあしあと accototo ふくだとしお+あきこ さく・え大日本図書

たくさんの雪の中に、ねずみさんがいます。雪の中を歩いていると、小さなあしあとがありました。きつねさんの足跡です。ねずみさんときつねさんが歩いていると、また足跡がありました。今度はにわとりさんの足跡でした。その後も、いろいろな足跡を見つけていきます。最後の小さい足跡はだれのあしあとだったでしょうか。雪が降ったら、かわいいあしあとがないか、さがしてみてくださいね。小さいおともだちが見つかるかもしれませんよ。



だれのあしあと

accototo



子育て真っ最中のお父さん、お母さん

お子さんのことで困ったり、悩んだりしていませんか？

同じ年齢の子どもを持つ親同士、一緒にわらべうたで遊んだり

おしゃべりをしているうちに日頃のストレスもどこかへ

誰もが心地よい気持ちで一日を過ごせるといいですね。