



# わくわくきたむつだより

令和5年1月15日(月)発行 第10号  
北六浦いちい保育園 横浜市金沢区六浦3-35-11 Tel045-783-5611 担当 井上 かれん

あけましておめでとうございます！今年もどうぞ宜しくお願い致します。

寒さと乾燥が厳しい季節ですが、保育園の子ども達は元気いっぱい！たくさん体を動かして汗をかきながら追いかけてっこをしたり、「いらっしゃいませ！」「ケーキありますよ～！」とお店屋さんになりきって自然物を食材に見立てたおままごと遊びをしたり、友達と一緒に遊ぶことを楽しんでいます。

天気のいい日にはお散歩がてら園に来て、保育園のお友達と一緒に遊びませんか？まだ寒さの厳しい日が続きますが、追いかけてっこをしたり、三輪車に乗ったりして体を動かして遊びましょう♪みなさんのお越しをお待ちしています！

## 2月の予定表

月	火	水	木	金	土	日
			1	2 交流 保育 (節分)	3	4
5	6	7 園庭 開放	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28 園庭 開放	29			

### ☆交流保育(節分)☆ 2月2日(金) 10:00~11:00 予定

保育園のお友達と一緒に鬼を退治して、今年1年元気に過ごせるようにしませんか？

\*事前の申し込みが必要です。(3組程度)

### ☆子育てMEMO☆

#### ～冬野菜をしっかり食べよう！～

寒くて空気が乾燥する冬は、鼻やのどの粘膜も傷つきやすくなっています。粘膜には、細菌やウイルスが体の中に入るのを防ぐバリアとしての役割があり、粘膜を修復するにはタンパク質のほか、ビタミン類を積極的に補うことが大切です。冬野菜にはこれらのビタミンがたくさん含まれていますので、食事に取り入れてしっかり摂取し、風邪に負けない体作りをしましょう。

また、温かいものを食べることで、体がしんから温まります。寒い冬の日の夕食には、野菜たっぷりのスープやシチューはいかがでしょう？心も体もぽかぽかになりますよ～♪



### ☆園庭開放☆

園庭に落ちている自然物を使っておままごとをしたり、追いかけてっこをしたりして、一緒に遊ばいませんか？

\*毎週水曜日 \*10:00~12:00  
(お片付けの時間を含みます)

\*雨天時はお休みです。

### 園庭開放を利用される方へ

- ・保護者・お子さま・ご家族に発熱(37, 5℃以上)や咳・くしゃみ・鼻水など呼吸器の症状や、体調不良がある場合は、利用をご遠慮ください。
- ・園庭をご利用前に、必ずアルコールで手指消毒を行っていただきますようお願いいたします。