

# 1 月米田こども園だより



令和 8 年 1 月 5 日  
高砂市立米田こども園

あけましておめでとうございます。

新しい1年がお子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。昨年は保護者の皆様のご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。新年も引き続き、こどもの笑顔がたくさん見られるような教育保育を行っていきたいと思いますので、変わらぬご支援を賜りますよう、どうぞよろしくお願いいたします。

また、空気が乾燥し、風邪をひきやすい季節です。顔色や食欲・排便の様子、体に発疹はないか、熱はないかなど園でも十分に気をつけながら、保育に取り組んでいきます。ご家庭におかれましても、健康管理に十分気をつけていただきますよう、お願いいたします。

## ●生活リズム

お正月休み中のリズムを引きずってしまい、生活リズムが崩れやすくなる時期でもあります。早寝早起き、朝食を食べる、湯船につかる、うんちをするなどで健康的な生活を改めて見直していきましょう。



## ●春の七草

春の七草を知っていますか。

セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロです。7日に七草がゆを食べると、1年間病気になるで元気に過ごせるといわれています。

お正月はついついおいしいものをたくさん食べるので、胃腸にとっては優しい食べ物です。ぜひ家族で食べて元気に過ごしていきましょう。

## ●根菜を食べよう

こどもたちが元気に1日のスタートをきるためには、朝ご飯を食べることがとても大切です。朝ご飯を食べると脳にエネルギーが送られるので脳が活性化します。脳は物事を考えるだけでなく、体の様々な機能を調節する役目も果たしています。また、食事はコミュニケーションを図る上でも大切な時間です。家族が食卓に集い、会話がはずめば、心の栄養にもなるでしょう。

## <今月の保育のねらい>

### 今月のテーマ 寒さに負けず元気に遊ぼう

#### 0歳児

○自分で体を動かしたり、友達と関わったりすることを楽しむ。

#### 1歳児

○探索行動を楽しんだり道具を使って遊んだり正月遊びなどをしたりすることのおもしろさを知る。

#### 2歳児

○冬の自然に興味をもつ。  
○正月遊びを楽しむ。

#### 3歳児

○冬の遊びやいろいろな正月遊びを保育者や友達と一緒に楽しむ。

#### 4歳児

○寒くても戸外で友達と一緒にいろいろな遊びに取り組む。  
○正月遊びを通して、言葉の面白さに気付く。

#### 5歳児

○正月遊びを通して、数や文字に関心をもって遊ぶことを楽しむ。  
○冬の自然現象に興味や関心をもち、探求することを楽しむ。

## 今後の行事予定



- 2月 9日(月) 継続児健康診断  
(0~4歳児継続児園児のみ) 13時~
- 2月17日(火) 米田小・米田西小 入学説明会  
(5歳児保護者のみ)
- 2月26日(木) 米田小・米田西小 体験入学  
(5歳児園児のみ)

## 高砂すこやかアップカレンダー

### 1月 そとあそびでじょうぶなからだ



## <予定事項>

日	曜	内 容	連絡事項
5	月	保育始め	
6	火		
7	水	第3学期始業式	1号認定児11時降園
8	木	身長体重測定 0,1,2,3歳児	
9	金	身長体重測定 4,5歳児	
10	土		
12	月	成人の日	
13	火		
14	水	保健衛生の日	
15	木		
16	金	震災追悼行事及び 地震・津波避難訓練	小学校と合同で行います ご飯はいりません
17	土		
19	月		
20	火		
21	水		
22	木	諸経費集金日	
23	金	誕生会 おはなし会	ご飯はいりません
24	土		
26	月	防災ウィーク (26日~30日)	☆詳細は後日配信します
27	火		ご飯はいりません
28	水	Tボール教室(5歳児)	
29	木	保育参観と講演会	☆詳細は後日配信します
30	金		
31	土		

