

1月の予定

令和7年12月23日 大和保育園

【幼児】

5日(月)保育始め
6日(火)交通安全指導
7日(水)体育教室
9日(金)新年お楽しみ会
13日(火)避難訓練
14日(水)体育教室
15日(木)身体測定(年中)
19日(月)身体測定(年長)
20日(火)身体測定(年少)
21日(水)体育教室
22日(木)英語(年長)
23日(金)ろう学校交流会(年中・年長)
28日(水)誕生会



【乳児】

5日(金)保育始め
9日(金)新年お楽しみ会
13日(火)避難訓練
14日(水)身体測定(ひよこ)
16日(金)身体測定(あひる・ぺんぎん)
28日(水)誕生会



1月の課外教室 体育 7日 14日 21日 28日
英語 9日 16日 23日 30日

さくらっこサークル(未就園児)
1/15(木) 10:00~11:00

【お願い・お知らせ】

<全体>

◎お子さまの体調の変化に気づいた時は、その都度お知らせ下さい。また、インフルエンザなどの感染症、嘔吐や下痢、めやになどの感染症が疑われる場合は、医師に集団生活は良いか確認し、体調を整えてから登園をお願いします。

<幼児>

◎ジャンバーやティッシュ、ティッシュカバーなどの持ち物には名前を必ず書いて下さい。同じ物や類似したものがあり、区別が付きませんのでお願いします。

◎11月より調理員の丹下が入職しました。お知らせが遅くなり申し訳ございません。

体を温める野菜

寒さが厳しい季節になってきました。体が冷えると、抵抗力が弱くなり、カゼやインフルエンザ、胃腸炎などの感染症にもかかりやすくなります。そこで、体を温める作用があるといわれている冬野菜をたくさん摂り、体の中から温め、元気に冬を乗り切りましょう。

体を温める野菜のはたらきは・・・？



ねぎ

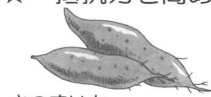
☆ 土の中で成長する野菜にはミネラル分がたっぷり

ミネラルは、たんぱく質がエネルギーを作る手助けをします

☆ 食物繊維が多く腸の働きを良くして便秘解消！

便秘が解消すると、血液のめぐりも良くなり、体が温まります

☆ 抵抗力を高めるビタミンCや血行を良くするビタミンEがたっぷり



さつまいも



だいこん



ごぼう



小松菜



白菜



ほうれん草

保育課