



なかよし通信

1月



社会福祉法人 聖華 水神橋保育園

平成31年1月4日(金)発行

あけましておめでとうございます。

新しい年が始まりました。寒さもますます厳しくなりますが、お正月で乱れた生活リズムをできるだけ早く戻して、早寝早起き、健康に気を付けて過ごしたいものです。

今年もたくさん保育園に遊びに来て、様々な経験を一緒に楽しみましょう！



新年子ども会

日にち:1月9日(水)

時間:10時~11時頃

場所:水神橋保育園 ホール

お正月あそびを紹介し、健康に1年間

過ごせるように獅子舞に頭をかんでもらい

ましょう!



節分の会

日にち:2月1日(金)

時間:10時~11時頃

場所:水神橋保育園 ホール

節分の由来を聞いて豆まきをしましょう。

みんなの心の中にいる鬼もやっつけられるかな?



※予定は変更になる場合があります。詳しい内容・日程は毎月のなかよし通信で随時お知らせ致します。

季節の おはなし

毎月、季節の行事の由来や、意味などをお知らせしていきます。

保育園でも1月7日のおやつに七草がゆがでます！お正月はおいしいものをいっぱい食べたからこのへんでおかゆを食べてお腹を休めてあげましょう！

1月7日
七草

1月7日は「人日」という五節句のひとつ。この日、中国では、人を占う習慣があり、7種類の若菜を入れた熱い汁物食べて無病息災を祈った。日本にも春の若菜を摘む習慣があり、「人日」と結びついて「七草がゆ」の習慣になったといわれている。

こんな話をしよう



七草がゆで、おなかもちよっとひと休み

「七草がゆ」ってことばを聞いたことがある？ 1月7日に食べる、7つの草を入れたおかゆのことです。7つの草とは、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。お正月はごちそうをたくさん食べたから、このへんでちよっと、おかゆを食べ、いっぱい働いたおなかを休ませてあげらなだね。

草の栄養で、元気な体に

野原に芽を出す七草は、緑がいっぱいだから、「ビタミン」という栄養がいっぱいあります。それから、おなかの働きをよくしたり、熱を下げたりもするんだって。おかゆに入れるときは、七草をお湯でゆでたら、まな板の上でとんとん細かく刻みます。みんなも、お手伝いできそうだね。



*水神橋保育園では、子育て相談も行っています。お気軽にお問い合わせ下さい。

住所:足立区西保木間

4-12-4

電話:03-

3883-2906

*電話連絡は10時~16時でお願いします。

*ホームページからもなかよし通信をご覧いただけます。

<http://seika-group.com/suijinbashi/>

ことしもよろしくおねがいます

