



夙川さくら保育園 子育てだより 第12号



社会福祉法人 甲山福祉センター

夙川さくら保育園 〒662-0046 西宮市千歳町4番19号

TEL : 0798-23-1211 FAX : 0798-23-1210

夙川さくら保育園の年間行事



夙川さくら保育園では以下のような行事を行っています。

- | | | | | | | | |
|-----|--------------------------|----|-----------------------|-----|-----------------------|-----|---|
| 4月 | ・入園式
・遠足 | 5月 | ・遠足
・ <u>こどもの日</u> | 6月 | ・遠足
・保育参観 | 7月 | ・ <u>七夕まつり</u>
・夕涼み会 |
| 8月 | ・お泊り保育 | 9月 | ・遠足
・人形劇鑑賞 | 10月 | ・運動会
・遠足 | 11月 | ・遠足
・移動動物園 |
| 12月 | ・もちつき
・ <u>クリスマス会</u> | 1月 | ・おさかな
クッキング | 2月 | ・ <u>節分</u>
・生活発表会 | 3月 | ・ <u>ひなまつり</u>
・お別れ会
・お別れ遠足
・卒園式 |

すくすく子育て教室では地域の方と在園児で下線部の行事に参加しました。
来年度も楽しみにしてください。

今日はどこにいこうかなあ（一時保育クラスの散歩）

一時保育には、毎日違う子どもたちが来ています。年齢も登園時間もいろいろです。そんな中、天気の良い日は、ともだちと手をつないだり、散歩車に乗ったりして散歩に出かけています。寿公園では虫探しを楽しみました。片鉾池の近くでは、どんぐりを拾い、走る電車で「バイバーイ」と手をふることも大好きです。西田公園まで歩いたときは、広場でおいかけてもしました。

散歩先から帰るとき、保育園の園舎が見えると「ほいくえん、みつけた！」と大喜びの子どもたち。「たのしかったね」、「またいこうね」と話してくれます。子どもたちと手をつないで、たくさんの「たのしい」をみつけていきたいと思います。

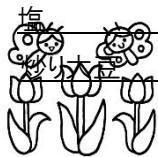


鬼は外～！福は内～！節分の日、思い切り豆まきを楽しんで、次の日から暦の上での季節は『春』です。

さて、豆まきが終わり、手元に残った炒り豆で「炒り豆ごはん」を作ってみませんか？



材料	4人分
米	2合
酒	大さじ2
塩	小さじ2/3
炒り大豆	40g(1/2カップ)



1. 米は炊く30分前に洗って水気を切り炊飯器に入れて普通の水加減で浸けておきます
2. 炊く直前に酒と塩を加えてサッと混ぜ、炒り豆を全体に散らし入れ、普通に炊きます。
3. 炊き上がったら、全体をさっくり混ぜ合わせ完成です

(硬い炒り豆もやわらかくなって、食べやすくなります。お試しください)

*大豆には、良質なたんぱく質が豊富に含まれています。加えて、食物繊維もたっぷりと含まれていますので、便秘の解消にも効果があります。

すくすくだより

この季節、鼻水や鼻づまりで困ることはありませんか？
上手に鼻をかめるようになると、スッキリするだけではなく中耳炎など耳の病気の予防にもなります。

～鼻のかみ方～

ティッシュを広げ、鼻全体を包むように押さえましょう。口から息を吸い込みます。



片方ずつ、鼻の穴を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみ過ぎないように気を付けましょう。



鼻をつまむように拭き取り、拭き取った鼻水を包み込んで、ごみ箱に捨てましょう。



上手に鼻をかむために・・・

まずは、**鼻から息を出すことから。**
子どもは、鼻から息を出すことが苦手です。
鼻先にティッシュを持ち、口から息を吸って鼻息でゆらしてみましよう。
両鼻でできるようになったら、片方の鼻を押さえ、ステップアップしていきます。

鼻水が詰まって出にくい時は、加湿をしたり温めると出やすくなります。

