



# 夙川さくら保育園 子育てだより 59号



〒662-0046 西宮市千歳町4番19号 TEL:0798-23-1211 FAX:0798-23-1210

## 子育て支援講座のご案内 (12月・1月)

	日程	時間	対象児	申し込み開始日
子育て教室 「クリスマス」	12月15日(月)	10:00~10:45	18カ月~5歳児	受付中
育児講座 「人形劇」	2026年 1月28日(水)	10:00~11:00	0歳児~5歳児	12月27日(土) 受付開始

※申し込み時間・・・平日の9:30~11:00の間にお電話で(電話番号は上記参照)

※持ち物・・・お茶、帽子、着替え

※年齢について・・・0歳児 2024年4月2日~  
 1歳児 2023年4月2日~2024年4月1日  
 2歳児 2022年4月2日~2023年4月1日



### \*移動動物園がやってきました\*

保育園に移動動物園がやってきました。ヒツジやヤギ、ウサギやカメなどたくさんの動物たちを見ました。優しく触ったり、そっとエサやりをしたりとふれあいを体験することができました。「食べた!」というつぶやきも聞こえてきました。地域の方にもご参加いただきました。この日は保育園の提携しているプロのカメラマンが撮影に来ていました。ポニーにまたがり「はい、チーズ」楽しんでいただけました。ご参加ありがとうございました。



# もぐぱくコーナー

## 冬至の過ごし方

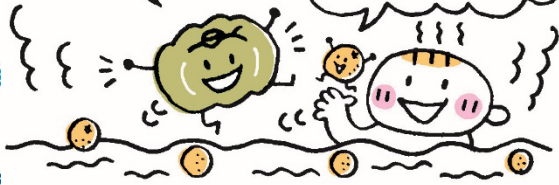
冬至は、一年のうちで昼がいちばん短く、夜がいちばん長い日。日本では昔から、冬至にカボチャを食べて、ユズ湯に入ると風邪をひかないという言い伝えがあります。

### カボチャ

冬に不足しがちな  
カロテンたっぷり！

### ユズ湯

強い香りで邪気を払う！  
体を温める効果もあるよ。



保育園では、おやつに季節の野菜スティックを提供しています。

この季節には、大根や人参、ブロッコリーなどをマヨネーズと味噌を合わせたソースをつけて食べています。

苦手な野菜もくり返し食卓に出すことで、食べられるようになるようです。

まずは、おかあさんが「おいしいね」と食べるところを見せてあげましょう。冬至には南瓜のスライスを電子レンジで加熱して手づかみで食べましょう。野菜本来のおいしさを知るよい機会にもなります。



## すくすくだより

冬の感染症が流行する季節がやってきました。予防で何よりも大切なことは、手洗い・うがいです。手洗い・うがい、規則正しい生活を心がけ、冬の感染症を予防しましょう。

### 上手な 手の洗い方

 <p>腕まくりをし、水道水で手を濡らします。</p>	 <p>石けんをしっかり泡立てます。</p>	 <p>手の平を合わせて洗います。</p>	 <p>手の甲を洗います。</p>
 <p>指と指の間を洗います。</p>	 <p>指先、爪の中を洗います。</p>	 <p>手首を洗います。</p>	 <p>石けんを流し、清潔なタオルで拭きます。</p>