



# えんだよい

## R7.2. うどほいくえん

厳しい冬にも負けず、元気いっぱいの子どもたちです。朝の外遊びは、各クラスお始まりの後にお天気がいい日に遊ぶようにしています。まだまだ冬の感染症が多い時季です。園では感染が広がらないように、手洗い・うがい・換気を徹底し感染対策に取り組んでいます。お家でも、外から帰ってきたら、手洗い・うがいを忘れずにしましょう！！



### 「ギュー」の効果

ギューすることによって脳内で『オキトシン』というホルモンが分泌されるそうです。『オキトシン』というホルモンは、またの名を「幸せホルモン」・「愛情ホルモン」とも言われ、そのオキトシンホルモンが分泌されることによって人は幸福感や安心感を得るそうです。保育園では、お昼寝前や、お帰りの歌後は各クラス担任の先生と一人ずつギューしています！朝の挨拶時も「行ってきます」のタッチとギューを子どもたちとしてあげてください♪なんだかんだ照れている子どもたちですけど、とてもニッコリになって喜んでくれます☆ぜひ、お家でもスキンシップにギューをしてあげてください！

### 立春

2月3日は“立春”です！立春は、「春が立つ」と書くことからわかるように、春が始まる日という意味です。「立つ」という字には「始まる」という意味も含まれています。まだまだ寒い季節ですが、これからどんどんお花が咲き、虫さんたちが顔を出し、少しずつ春の訪れが見えてくるかもしれませんね♪



### 2月のうた

♪コンコンクシャンの歌  
♪赤鼻のトナカイ  
♪つぼみ

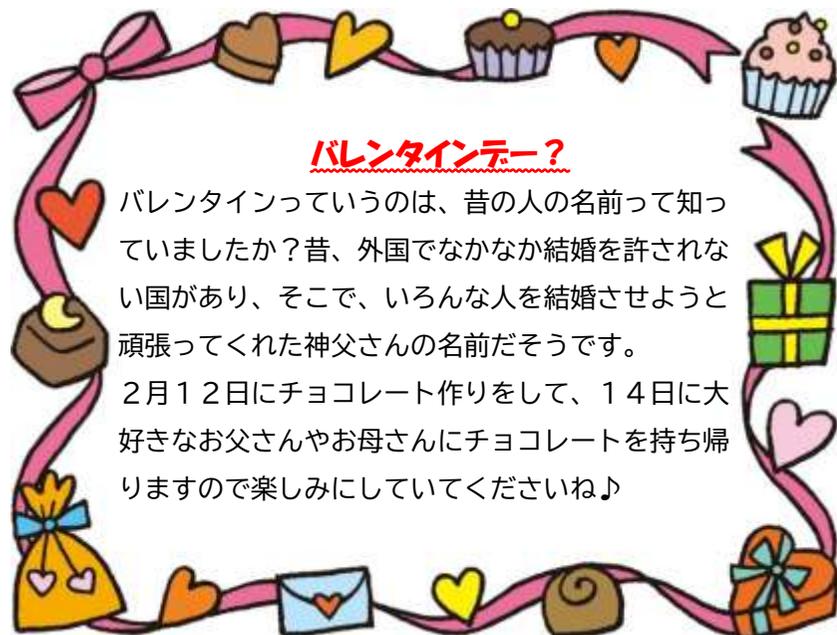
### 体の中からホカホカ 根菜

冬はダイコンやニンジン、ゴボウなどの根菜が旬を迎えます。根菜に多く含まれる不溶性植物繊維は、腸を刺激して蠕動運動を促進し、便秘解消に効果的です。またビタミンC・Eなどの働きが血液の流れをよくすることで代謝も高まります。温かい煮物や鍋などに積極的に使い、体の内側から温まりましょう。

### バレンタインデー？

バレンタインっていうのは、昔の人の名前って知っていましたか？昔、外国でなかなか結婚を許されない国があり、そこで、いろんな人を結婚させようと頑張ってくれた神父さんの名前だそうです。

2月12日にチョコレート作りをして、14日に大好きなお父さんやお母さんにチョコレートを持ち帰りますので楽しみにしてくださいね♪



## 行事予定

- ・4日(火)・・・恵方巻作り(松組)
- ・5日(水)・・・避難訓練(地震～火災)
- ・12日(水)・・・クッキング～チョコ作り～
- ・19日(水)・・・お誕生日会  
～2月生まれのお友だちをお祝いします♪～
- ・26日(水)・・・スイミング振替日

◆習字教室：松ぐみ 4日・18日(火曜日)

\*スモック・新聞紙・ティッシュ・雑巾・習字紙など忘れずに☆

♥体育教室：松・竹ぐみ 6日・13日・20日・27日(木曜日)

\*チェックカード・体操服・タオル・帽子を忘れずに...

♠絵画教室：松・竹・梅ぐみ 7日・21日(金曜日)

\*汚れても良い服を忘れずに☆

♣英語教室：松ぐみ 6日(木曜日午後)・14日(金曜日)

※14日は松ぐみさん保護者参観日です！

竹・梅ぐみ 14日・28日(金曜日)

