



2月の園だより

発行日 令和2年1月31日
 発行元 持子保育園
 TEL 078-927-8713
 FAX 078-927-8714
<http://hoiku.mochiko.info/>



真冬の冷たい風にも負けず子ども達は、白い息を吐きながら元気いっぱい走り回っています。まだまだ寒さが厳しいこの時期は、風邪やインフルエンザの予防に十分配慮しながら健康に過ごせるようにしていきたいと思います。

ほけんだより

子どもの生活リズム(早寝・早起きの大切さ)

遅寝、遅起きにより体内時計のリズムが乱れてしまいます。このことにより疲れやすい、食欲や集中力が低下する等、生活全般に影響が出てきます。子どもの時期にこのような状態が長く続くと脳や心の動きが不安になると言われています。

「寝る子は育つ」の格言の如く、早寝、早起きの生活リズムを周りの大人が整えてあげましょう。

きゅうしょくだより

ご飯をたくさん噛むと甘くなるのはなぜ？

食べ物をよく噛むと、だ液がたくさん出ます。そのだ液とご飯に含まれている「デンプン」が混ざり合うことで「デンプン」が糖類の1つである「ブドウ糖」に分解されます。噛めば噛むほど「ブドウ糖」が口の中で増えるので、だんだん甘くなるように感じられるようになるのです。

お知らせ

☆マラソン大会について
 芝生園庭にて行います。
 ※9:30までに登園して下さい。

☆生活発表会について
 服装…体操服上下
 ★1部 開門8:45 集合完了9:00
 開始9:15
 ☆2部 開門10:00 集合完了10:15
 開始10:30
 ※詳細は以前に配布した手紙を見て下さい。

2月の行事

日	曜	行事予定	備考
1	土		
2	日		
3	月	節分鬼遊び	全児
4	火	英語保育	きく・うめ
5	水	マラソン大会	全児
6	木	クッキング保育	きく・うめ
		マラソン大会予備日	全児
7	金	ピアノ保育	うめ
8	土		
9	日		
10	月	体操指導	すみれ・きく・うめ
11	火	一建国記念日一	
12	水	避難訓練・身体測定	全児
		たてわり保育	すみれ・きく・うめ
13	木	誕生日会	全児
14	金	ピアノ保育	うめ
15	土		
16	日		
17	月	体操指導	すみれ・きく・うめ
18	火	生活発表会予行	0・2・4歳児
19	水	生活発表会予行	1・3・5歳児
20	木	生活発表会予行	全児
21	金		
22	土	生活発表会	全児
23	日	天皇誕生日	
24	月	振替休日	
25	火	英語保育	きく・うめ
26	水		
27	木		
28	金		
29	土		