



冷たい風が吹き、思わず背中を丸めてしまいそうになりますが、子どもたちは寒さを吹き飛ばす勢いで元気いっぱい遊んでいます。

旧年は、園のために何かとご支援、ご協力頂き、誠にありがとうございました。

新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔がたくさんになりますよう、お祈り申し上げます。

新年もよろしくお祈りいたします。

日	曜	
1	土	元旦
2	日	休園
3	月	休園
4	火	
5	水	
6	木	
7	金	七草粥
8	土	
9	日	
10	月	成人の日
11	火	びかびかデー
12	水	
13	木	身体測定(0,1,2歳児)
14	金	身体測定(3,4,5歳児)
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	
19	水	
20	木	
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	
25	火	避難訓練(地震・消火)
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	
30	日	
31	月	

今月の言葉  
**あいさつは「あなたは大切な人」と伝える最良の手段**  
 渡邊 和子  
 (ノートルダム清心学園理事長)

**1月の生活目標**

- ・正月ならではの遊びを楽しむ
- ・規則正しい生活をして、寒さに負けない身体をつくる。
- ・冬の自然現象に興味や関心を持って、見たり触れたりする。

### お知らせとお願い

#### ☆七草粥 7日(金)

七草粥は春の七草と呼ばれる七種の草をお粥に入れて食べ、無病息災を願う伝統行事です。古くより「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、これぞ七草」と言われ冬の山野でこれらの野草をつむのも、ひとつの楽しみでもありました。これらの七草が食べられることとなったのは、お正月の御馳走で疲れた舌と胃袋を休ませる効果があったためとも言われています。園ではこの日に一年の健康を願い、七草粥をいただきます。

※すみれ組は6日(木)に七草のクッキングを行います。  
 三角巾とエプロンをご用意ください。

#### ☆インフルエンザにご注意を!

【主な症状】  
 急に40℃前後の高熱が出て、悪寒や頭痛、のどの痛み、咳、鼻水、筋肉や関節の痛みなどの症状が現れます。吐き気や下痢などの症状が現れることもあります。感染力が強く、普通の風邪よりも症状が重いのが特徴です。

【家庭でも出来るインフルエンザ予防法】  
 家庭でも出来る予防法を実践し、ウイルスに負けない体を作りましょう。

**うがいと手洗い**  
 外出後は必ず、うがいと石鹸を使った手洗い(最低でも30秒)習慣づけましょう。

**室内の温度・湿度をチェック**  
 室温 16~18℃、湿度 60%前後が目安です。特に乾燥には要注意です。加湿器を上手に使い調節をしましょう。

#### ☆年末年始の長期休み前に持ち帰る物

- ・ロッカーの中の着替え等→予備の着替えの確認をお願いします。
- ・置き靴→サイズや汚れの確認をお願いします。

### 給食室より

#### 🍠 スイートポテトケーキ 🍠

- |              |  |
|--------------|--|
| ◇材料◇(2人分)    | ◇作り方◇                                      |
| さつまいも 150g   | ①さつまいもをレンジで柔らかくなるまで温める。                    |
| 牛乳 50cc      | ②粗熱をとり、つぶしてバターと砂糖を加え混ぜる。                   |
| 卵 1個         | ③溶いた卵と牛乳、薄力粉・ベーキングパウダーをふるったものを入れて混ぜる。      |
| 無塩バター 25g    | ④型にクッキングシートを敷いて生地を流し込み、180℃のオーブンで40分焼き、完成。 |
| 砂糖 30g       |  |
| 薄力粉 7g       |  |
| ベーキングパウダー 3g |  |

**2月の行事**

- 3日 豆まき
- 5日 生活発表会
- 15日 身体測定(0,1,2歳児)
- 16日 身体測定(3,4,5歳児)
- 25日 避難訓練(地震火災・消火)