

<h1>2024年 3月</h1> <h2>あそびの杜保育園</h2>  <h3>ほいくえんだより</h3>	<p><b>園長 杉浦 昌代</b></p> <p>あっという間に3月です。年明けからはインフルエンザ感染拡大で、参観が延期になったり、楽しみにしていたクッキングができなかったり…、子どもたち全員がなかなか揃わない日が続きました。3月を前に保育園でのインフルエンザ流行は収まったようで安心しました。後半の保育参観ではようやく親子給食が解禁できました。これからも行事参加人数も増やしたりと、保育園行事や子どもたちの様子をご家族に見ていただける機会を増やしたりしていけたらと思います。</p> <p>「1年前は…」と振り返り、たくさん子どもたちの成長を感じていただきながら、次の1年でどんな成長をするのかな？？と進級を心待ちにしながら、親子で楽しくこの1ヶ月を過ごしてください。たけうま組さんは保育園最後の1ヶ月です。今の仲間と過ごせるのもあと1ヶ月。「みんなといふってたのしい」そんな時間にしたいです。</p> <p><b>主任 鈴木 祐子</b></p> <p>年が明けて1月、2月、3月…と毎年この時期は日が経つのが早いなと感じます。新年度への準備も始まりなんなく気持ちちは落ち着きませんが、子どもたちが元気に新年度を迎えるようにしたいと思います。</p> <p>そして、いよいよたけうま組は卒園式を迎えます。0歳児の頃から保育園に通っていた子もいますね。赤ちゃんの頃の姿が昨日のことのように思い出されます。保育園で経験したことはきっとみんなの力になると思います。自信をもって小学校生活スタートできると良いですね。</p>	<p><b>3月の予定</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 2日(土) 成長を祝う会</li> <li>* 6日(水) お弁当の日</li> <li>* 7日(木) 歯科検診</li> <li><b>*20日(水) 春分の日</b></li> <li>*21日(木) 誕生会</li> <li>*22日(金) お別れ会</li> <li>*23日(土) 卒園式・次年度準備</li> </ul>  <p><b>4月の予定</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 1日(月) 進級おめでとう会</li> <li>*26日(金) お誕生会</li> <li><b>*29日(月) 昭和の日</b></li> </ul> <p>※感染症の流行状況により予定が変更・中止される場合があります。</p>
<p><b>0歳児 てまり組</b></p> <p>いよいよてまり組、最後の一ヶ月です。 振り返ると4月、あんなに泣いていた子ども達が今では立ち、歩き、おしゃべりをして・・・ 0歳児の1年の成長に改めて驚かされます。</p> <p>3月はたくさん戸外あそびも行い、自然と触れ合って遊んでいきたいと思っています。1年間たくさんのご協力ありがとうございました！これからどんな風に成長していくのか楽しみにしています。</p>	<p><b>1歳児 おてだま組</b></p> <p>いよいよおてだま組での生活も残り一ヶ月となりました。1年間でできること、分かることが増え、子どもたちの成長を感じています。残り一ヶ月、大人が仲立ちしながらお友だちとの関わりも楽しんでいきたいと思います。一日一日を大切にし、様々な経験を積み重ねながら毎日笑顔で楽しく、かざぐるま組への進級に向けて過ごしていきたいと思います。</p>	<p><b>2歳児 かざぐるま組</b></p> <p>進級を心待ちにしている子ども達。4月から分園に行ける喜びをそれぞれ感じているようです。</p> <p>2月はクッキングを行いました。チーズカレートーストやさつまいもトリュフを作り、自分たちで作ったおやつを食べると{おいしいね}と自然に顔がほころびました。かざぐるま組の生活も残り1ヶ月。最後まで笑顔溢れる活動を続けていきたいと思います。</p>
<p><b>3歳児 こま組</b></p> <p>早くも残り1ヶ月となりました。4月にはまた1つお兄さんお姉さんになりますね。2月はクラスでも体調を崩す子が多くいましたが、体調も戻り毎日元気な子どもたちです。始めての成長を祝う会。ドキドキだけれど、わくわくな子ども達です。3月はクラスで遠出散歩へ行ったり、クッキングをしたりして楽しんでいきたいと思います。</p>	<p><b>4歳児 めんこ組</b></p> <p>いよいよ最終月になりました。成長を祝う会、遠出散歩、鷹取山、卒園式参加と盛りだくさんの一ヶ月！子ども達と色々な経験が出来ることを楽しみたいと思っています。このクラスはみんなとてもやさしく、そしてユーモアのある子たちです。毎日たくさん笑顔にしてもらいました。保護者の方には、日々の保育にご理解ご協力を頂き、ありがとうございました。</p>	<p><b>5歳児 たけうま組</b></p> <p>先月は節分で鬼と戦い、その後なまはげと手紙のやり取りをし、弱い心を持っていってもらい、なまはげから小学生になんでもがんばれる力をもらいました。残りあと1ヶ月、成長を祝う会や卒園式、日々の保育を通してどの子も自信をもって小学生になれるよう、家庭と園と協力していきましょう。子ども達の成長が楽しみな1ヶ月になりそうですね。</p>

# 3月給食だより



日差しが暖かく感じられる季節です。早いもので今年度も最後の月になりました。子どもたちは1年間様々な行事や活動を通してからだも心も大きくなり、たくさんの思い出を作ったことだと思います。給食を自ら食べようとする姿勢や美味しそうに食べる姿など、給食を通して成長した子どもたちの笑顔を見ると嬉しくなると同時にコミュニケーションの大切さを感じました。これからも安心、安全で美味しい給食を心がけ様々な献立を通して、給食が子どもたちの成長のお手伝いになればと思います。

## 風邪予防には、栄養たっぷりの食事から

**ビタミンC**・・・寒さからのストレスに負けないために必要な栄養素です。風邪ウイルスに対する免疫力を高め回復力も早めます。【みかんやいちご、小松菜、ブロッコリーなどに多く含まれています。】

**タンパク質**・・・元気なからだを作るために必要な栄養素です。病気やけがに対する抵抗力や治癒力を高める働きがあります。【肉や魚、牛乳、卵、大豆などに含まれています。】

**ビタミンA**・・・のどや鼻の粘膜を正常な状態に保つ働きがあります。そのため不足すると粘膜が弱くなり、風邪をひきやすくなってしまいます。【チーズやレバー、人参、南瓜、ほうれん草などに多く含まれています。】

## オレンジキャロットスcone幼児4人分

小麦粉100g  
ベーキングパウダー4g  
グラニュー糖16g（ジャムの甘さをみて）  
バター8g  
マーマレードジャム5g  
にんじん80g(約1/3本)



- ① バターを1cm角に切り冷蔵庫に入れておく。
- ② にんじんをすりおろす（水分を少し絞っておくとよい）
- ③ ボウルに小麦粉・ベーキングパウダー・グラニュー糖を入れよく混ぜる。
- ④ 混ぜた粉のボウルにバターを入れポロポロになるまで指でバターをすりつぶしつつ切り刻むように混ぜ、粉がサラサラになるようにする。
- ⑤ すりおろしたにんじんを加え切るように混ぜる。
- ⑥ マーマレードジャムを加えて混ぜ、手でひとまとめに冷蔵庫で30分くらい生地を休ませる。
- ⑦ オーブンを180℃に温めておく
- ⑧ 休ませておいた生地を8等分にし丸めて、鉄板にクッキングシートを敷いて並べる。
- ⑨ 余熱したオーブンで15分ほど焼く。（焼き目はきつね色程度がおいしいですがジャムが焦げやすいので気をつけて下さい）

保育園で人気のおやつです。ぜひ一緒に作ってみてください

## 給食室から

1年間で心身ともに大きく成長した子どもたち、毎日の食事の中でも、食べられるようになったものがあったり食べる量が増えたりと成長を感じられるところがあったのではないでしょうか。進級に向けて、生活リズムや食事のバランスを見直してみましょう。

たけうま組さん卒園おめでとうございます。4月から小学生ですね。新しい環境で不安もあるかもしれません、新しいお友だちや先生たちと楽しい学校生活を送ってくださいね。小学校でも好き嫌いせずになんでも食べて元気いっぱいたくさんのことにチャレンジして頑張ってください。ずっと応援しています♡



# ほけんだより 3月号



2024年3月  
あそびの杜保育園

日中の外遊びやお散歩が心地よい季節になりました。子どもたちはこの1年で、見違えるほど大きくたくましくなりました。これからもそれぞれのペースで成長していく姿を見守っていきたいと思います。

## お子さんの成長、「見える化」しましょう



園では毎月、子どもたちの身長と体重を計測しています。ぜひ、母子健康手帳などの身体発達曲線(成長曲線)に記入して、成長を「見える化」しましょう。気になった方は担任や看護師にご相談ください。

### グラフのカーブが大事

数字では増えているかどうかしかわかりませんが、グラフにすると、成長曲線に沿って、順調に増えているかが見えてきます。少し小さめでも、伸びの度合いに沿って育っているなら問題ありません。心配なのは伸びの度合いが低い時です。



### 点にこだわらない

計測値を記入すると、つい「同年代の子どもに比べて大きい、小さい」に注目しがちですが、大切なのは経過です。例えば成長曲線は2歳でグラフが分かれていますが、これは身長を立って測るようになるからです。身長や体重はちょっとしたことでも影響をうけるため、数字だけを見るのではなく、長い目で子どもの育ちを見守りましょう。

## 耳の健康チェック！

3月3日は『耳の日』です。子どもは耳の病気にかかりやすいので様子をよく観察してみてください。

- ◎向かい合って話せば通じるが、背後から声を掛けると返事をしない。
- ◎テレビの音量を大きくしたり、近づいて見る。
- ◎会話をしていて、何度も聞き返す。
- ◎話しかけてもぼんやりしたり、後から聞き返したりすることが多い。
- ◎よく耳を触っている。
- ◎発音が不明瞭もしくは言い間違いが多い
- ◎中耳炎、花粉症の子は要注意

### 歯科検診のお知らせ

3/7(木)午後 歯科検診

※1日のみなのでお休みのないようにお願いします。

※検診後、治療が必要と言われた方は早めに受診してください。

※園からの別日の受診は行いません。

### 1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 笑顔が多く情緒が安定していた
- よく水を飲む習慣がついた
- からだを動かすことが好きでよく汗をかいて遊ぶようになった

