



# あたよい

はひのす nursery school

2018年

2月号

NO.11

立春を迎える季節になりました。2月は如月(きさらぎ)と言い、衣を更に着るほど寒い月という意味があり、まだまだ寒さが厳しい日もありますが、子どもたちの元気な声が、みんなの心まであたたかくしてくれています。

1月はコマまわし、カルタとりなど、お正月のあそびを存分に楽しみました。古くから伝わる日本のあそび・・・大切に受け継いでいきたいものです。

コマまわし大会、カルタとり大会でチャンピオンになって喜んだ子、負けてくやしい思いをした子・・・さまざまですが、どちらの経験も相手を思いやる気持ちが育ったのではないかと思います。

今月も子どもたちが元気、笑顔で過ごせるよう見守っていきたくと思います。

## 節分

節分は、季節の変わり目、季節を分けるという意味があります。

季節の分かれ目には、邪が入りやすいとされ、その邪気を払う行事に、鬼を追い払うというものがありました。ここに、豆打ちという邪気払いが合わさったことで、節分に豆まきがされるようになったそうです。

園でもお面や三方を作って豆まきをしたいと思います。

今年はどんな鬼を退治するか、お家でも話し合ってみてください。



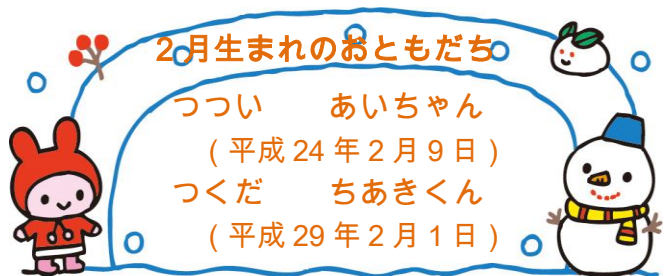
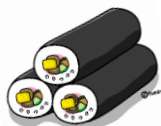
## 恵方巻きとは？

「恵方」とは、干支で定められたその年のよい方角のことです。

節分には、恵方巻きという太巻ずしを、目を閉じて、願いごとをしながら、恵方を向いて、無言で食べます。

切らずに食べるのは、縁を切らないという意味だそうです。

今年の恵方は南南東です。家族揃って南南東を向いて太巻ずしを食べるのもなかなかいいものですね。



## 2月生まれのおともだち

つつい あいちゃん  
(平成24年2月9日)

つくだ ちあきくん  
(平成29年2月1日)

## チョコレート

### 2月14日は“バレンタインデー”

この時期、普段よりチョコレートをたくさん食べそうですね。

チョコレートは、虫歯や太る原因というイメージがありますが、実は体にいい面もたくさんあります。

チョコレートの香りは、集中力や記憶力を高めます。カカオ成分は虫歯菌を抑える力があります。

また、食物繊維が豊富で便秘予防にもつながるそうです・・・でも、くれぐれも食べすぎには気をつけましょう。



## 花粉症

花粉症は、植物の花粉が原因で起こるアレルギー疾患のひとつです。

主な症状として、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどで、毎年増えているそうです。

毎日が気持ちよく過ごせるよう、気になる症状がみられたら、早目に受診するようにしてください。



## スキンケア

空気が乾燥すると皮膚の水分が減り、カサカサしたり、かゆくなったりします。

皮膚の弱い子は、少しの刺激でも症状が悪化します。入浴後や寝る前にクリームを塗るなどして、皮膚のケアをしてあげてください



## お知らせ

平成29年度 卒園式・・・3月24日(土)

平成30年度 入園式・・・4月2日(月)

※詳しくは後日、お知らせします。

