



3月

令和2年3月2日

# ちびっこの森通信 vol.34

☆☆今月のテーマ☆☆



- ・ひな祭り会や発表会などの行事に楽しみながら参加する
- ・春の訪れを感じたり、戸外で体を動かすことを楽しむ



## うさぎぐみ(0歳児)



この1年、見違える程の成長の跡が見える0歳児は一人遊びを楽しんだり、他の月齢児の輪の中で一緒に遊んだり遊びの幅も広がっています。ただ遊ぶだけでなく、後片付けも「ないないよ」や「まだ、あっちにあるよ」と指差しながら声掛けをしていくと、最後までお片付けにも取り組んでいます。室内だけでなく戸外へ、となると靴を履き、気になる所の探索活動に余念がありません。早生まれの子に追いつけ追いつ越せの勢いの遅生まれのお友だちも伝い歩きを出来るようになり今では靴を履き、一緒に外遊びに出掛け、外気浴を楽しんでいます。これからますますの成長ぶりが楽しみな限りです。戸外帰りや食前の手洗い習慣も定着しつつあるようで、手洗い場へと自ら行き、手を洗おうとする姿勢が見えます。今月は、日頃のそんな成長ぶりをご覧いただく場がありますので、生活の基礎習慣の一端をご覧いただくと幸いです。



## うさぎぐみ(1歳児)



春の暖かな陽射しの下、戸外遊びをはじめ室内での制作等の活動でも心なしか元気がみなぎっているようです。こどもたちの成長ぶりを見ていただく発表会も間近となってきました。保護者の方にいいところを見せるだぁ〜と頑張り、当初は心許なかった出来もだんだんと形になってきています。どうぞお楽しみに!!一方、室内制作では、水性マジックで描いた線に霧吹きでシュッ、シュッ、滲んでいく様を”不思議発見”とまた一つ学びの場となったようです。また、日頃の(ブロックや積み木など)自由遊びでつつい自分の思いを通すばかりに、相手が悲しそうな表情に遭遇すると知らん顔ではなく「ごめん」と謝罪の意を示したり、さらには「貸して」や「いいよぉ〜」と言葉で意思表示して遊ぶようになってきました。他への意識の芽生えも出てきているのは何よりですね。外遊びの支度も自分でしようとするので個々の状況を見極め、一つでもできることを増やせるように今後も見守っていくようにします。



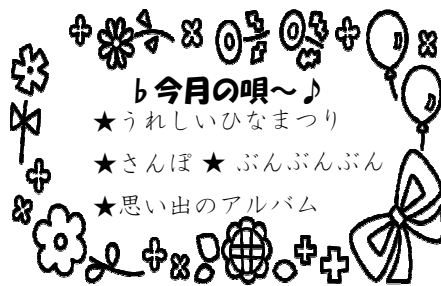
## ぱんだぐみ(2歳児)



淡い冬からきらめく春の日差しとなってきました。俄然、そうなることどもたちは「先生、みて〜!お花だよ」と指差すこと増え、これから外遊びで春の息吹が至るところで見られていくことでしょう。みんなは自然と心ウキウキとなっているようです。一方、今月の発表会で披露予定の”合唱”や”劇あそび”の準備も着々と楽しみながら進めています。それは、全身で表現したり、生き生きと元気な声で台詞を言えるようになってきたことが物語っています。とはいえ、本番では多くの方々が来られるので雰囲気も違い、そのままの形がお見せできるかどうかは分かりません。どうぞ温かく見守っていただければと思います。1年前を思い起こせば、期待というよりも先の見えない不安ばかりの集団生活のスタートでした。それから段々と園生活にも慣れ、月齢と共に乗り越えなければならぬ課題の一つひとつをクリアしてきました。食べること、(外遊び時の)身支度、服の着脱、(トレーニングパンツで過ごしたりする)排泄、低月齢児を含めた他の人への思いやり、朝の会等での振舞い方、など色々学び、実り多き1年となったのではないのでしょうか。最後まで見守り、逞しさを増したみんなを送り出せるようにしたいと思います。

### ～行事予定～

- ・英語教室 …3日
- ・体操教室…4日(2歳児)
- 18日(0&1歳児)
- ・生活発表会&巣立ちの会…14日
- ・身体測定…16日
- ・リミック教室…17日
- ・避難訓練 …19日
- ・誕生日会…23日



### ♪今月の唄♪

- ★うれしいひなまつり
- ★さんぽ ★ぶんぶんぶん
- ★思い出のアルバム

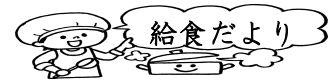
### ～第3回生活発表会&巣立ちのご案内～

掲題につきましては、下記の通り開催予定ですのでよろしくお願いいたします。

#### 記

- ・日 時:3月14日(土)
- 午前9時30分～11時※
- ・場 所:当 園 内
- ※…なお、開演10前迄はご来園頂きます様  
お願いします。

以上



### 給食だより



菜の花は“春告げ花”とも呼ばれ、鑑賞用としても栽培されますが、食用としては花が咲く前に蕾や花茎、若葉が料理として供されます。人間の身体は季節ごとに微妙に変化しており、特に 春先は解毒作用が弱っており、菜の花の独特のほろ苦さが身体や心を健康にしてくれ、薬膳効果も期待できます。その栄養素は、ビタミンや食物繊維、ミネラルをバランスよく含んでおり、ビタミンCの含有量は特に、ほうれん草よりも多く、野菜の中でもトップクラス。その働きは、白血球の働きを強め、風邪や貧血予防に効果的です。ただ、水溶性なので料理の際には、茹ですぎたり水にさらしすぎは禁物です。油脂と一緒に食べるとカロテンの吸収が高まるので炒めものなどがオススメです。他には、カリウム、カルシウムをはじめ、マグネシウムやリン、鉄などを豊富に含み、骨を丈夫にし、健康維持にも役立っています。そんな菜の花の料理としては、サッと茹で食べやすい長さで切り分けたものに乾燥塩昆布に和え、お漬物代わりにしたり、しめじやエリンギなどの好みのキノコと一緒にサラダ油で炒め、塩コショウで味付けした炒めものに鶏肉の卵とじや菜の花パスタなど、バリエーションも豊富ですので是非、お試しください。菜の花は、ハウス栽培で年中お目にかかれますが、春先が一番の旬で栄養価も高く、健康維持や増進に役立ちますので、菜の花を摂り、元気に新年度のスタートを切ってください!!