



高井田ひよこサークル



令和6年1月

始良市加治木町木田4872-2(高井田保育園2F)

あけましておめでとうございます。今年の干支は辰ですね。龍のごとく勢いのある1年にしたいと思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

★ 今月の活動

月	火	木
	⑨ お正月遊び ダンス・手遊び歌 園庭開放	⑪ 自由遊び 絵本の読み聞かせ 園庭開放
⑮ 壁面飾り ダンス・手遊び歌 園庭開放	⑯ 自由遊び 絵本の読み聞かせ 園庭開放	⑱ スタンプ遊び ダンス・手遊び歌 園庭開放
⑳ 自由遊び 絵本の読み聞かせ 園庭開放	㉓ 凧作り ダンス・手遊び歌 園庭開放	㉕ 鬼の衣装作り ダンス・手遊び歌 園庭開放
㉙ 自由遊び 絵本の読み聞かせ 園庭開放	㉚ カレンダー作り 誕生会・手遊び歌 園庭開放	



- ♪たこの歌
- ♪手をたたきましょう
- ♪やぎさんゆうびん
- ♪雪
- ♪たきび
- ♪もちつき
- ♪ゆきのペンキ屋さん



★ 春の七草 ★

1月7日には邪気を払い、健康で過ごせますようにと願いながら春の七草をいただきます。春の七草は、せり、なずな、おぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろです。

発酵食品をとろう

腸内環境を整えたり免疫力アップに役立つといわれる発酵食品。子どもの頃から積極的に体内にとり入れたいものです。手軽にとりやすいのは、納豆、みそ、ヨーグルトなど。ヨーグルトに含まれるビフィズス菌には便通をよくする働きがあり、朝、便が出にくいお子さんにもおすすめです。

