



# 1月の園だより



令和 8 年 1 月 1 日  
無憂園

## 新年あけましておめでとうございます

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 笑顔があふれる年になりますようお祈り申し上げます。

寒さが厳しい季節となりますが、体調管理に気を配りながら子ども達と楽しく過ごしていきたいと思っています。

本年もどうぞよろしくお願ひ致します。



### (保育目標)

- ・年末年始で崩れた生活リズムを整える。
- ・お正月遊びや、日本の伝統文化にふれる。



### 《給食室より》

#### 「3つの働きの食べ物を選んで食べよう！」

食べものは、体の中でどんな働きをするかによって、黄・赤・緑のグループに分けることができます。3色グループの食べものをまんべんなく食べることで、栄養バランスが良くなり、健康な体をつくることができます。



黄色…エネルギーのもとになる(元気いっぱい遊んだり、体を動かす働き)

赤…体をつくる(血や筋肉、じょうぶな骨をつくり、体を成長させる働き)

緑…体の調子を整える(病気やウイルスから体を守ったり、排せつを促す働き)

特に子どもは好き嫌いも多く、栄養が偏りがちです。

3色グループすべてを含む食事を意識して、食べられる食材や料理を選ぶだけでも健康的に食事を楽しむことができます。3色グループの食材が入っているか探してみて下さい。

【行 事 予 定】	
1 日 (木)	元旦
2 日 (金)～	休園日
4 日 (日)	
5 日 (月)	保育始め・希望保育(防災食)
7 日 (水)	避難訓練・掃除の日
8 日 (木)	交通安全街頭指導
12 日 (月)	成人の日
13 日 (火)	体育指導(3歳・きく)
15 日 (木)	卒園写真
16 日 (金)	生活発表会予行(0歳・1歳)
20 日 (火)	体育指導(ひまわり・5歳)
21 日 (水)	子育て支援
23 日 (金)	誕生会
27 日 (火)	体育指導(3歳・5歳)
28 日 (水)	生活発表会ビデオ撮り (0歳・1歳)
31 日 (土)	生活発表会(0歳・1歳)

### 【現況届について】

- ・1月下旬頃に現況届を配布します。  
引き続き保育を必要とされる方は、提出をお願い致します。
- ・3月末で退園される方は、異動届を提出して下さい。  
(わかり次第お知らせください。)

### 《緊急連絡時のお願い》

熱等で、緊急連絡をさせていただいた場合お子様の症状の変化もありますので、できるだけ 早めのお迎えのご協力ご理解願います。

### 《感染症について》

インフルエンザ、胃腸炎などの感染症が流行する季節です。お子様の体調の変化が見られましたら、早めに医療機関への受診をお願い致します。

うがいや手洗いをこまめに行い、また定期的な換気や十分な睡眠、休息、食事等をしっかりと感染対策を心がけましょう。