



# 東だより



2月号

認定こども園わだ

令和8年1月30日



真冬の寒さにも負けず、元気いっぱいに登園してくる子ども達。  
前日から水を入れて準備していたカップに氷ができていることに大喜びしたり、冷たい空気に触れながら園庭で遊びを楽しんだりする子ども達の笑顔が心を温めてくれます(\*^~^\*)



2日(月)	身体測定(4・5歳児)
3日(火)	おはなしでてこい(おとはな) 身体測定(2・3歳児)・はぐくみ
4日(水)	身体測定(0・1歳児)
5日(木)	はぐくみ
6日(金)	みんなのひろば たべもののちから(3・4・5歳児)
7日(土)	家族ふれあいの日
10日(火)	にこにこげんき(2歳児) はぐくみ
12日(木)	にこにこげんき(3・4・5歳児) バス遠足(2歳児)・はぐくみ
14日(土)	家族ふれあいの日 園庭開放日
19日(木)	生活発表会(3・4・5歳児)
20日(金)	生活発表会予備日
21日(土)	家族ふれあいの日
24日(火)	きっしーいんぐりっしゅ・はぐくみ クッキング(3歳児) 希望個別懇談
25日(水)	愛情弁当日(0・1・3・4・5歳児) 給食参観日(2歳児) 希望個別懇談
26日(木)	クッキング(4歳児)・希望個別懇談 はぐくみ
27日(金)	誕生会 希望個別懇談
28日(土)	R8年度入園説明会(新入園児のみ) 家族ふれあいの日 図書コーナー開放日

※「予告なし」での避難訓練も行います。

2月の保育料引き落とし日は 25日(水)です

## 《子ども達の様子》

今年は積雪が多く、たくさん雪に触れ、興味のある遊びを楽しんでいます♪



〈かき氷ができた!〉



〈雪をさわって  
みたいな～〉

## 《バス遠足》※園に帰り、給食を食べます。

\*2歳児 12日(木)

山南町 ちーたんルーム



## 《入園のしおりについて》(0~4歳児)

「令和8年度の入園のしおり」を2月中旬に配布いたします。ご一読いただき、ご不明な点がありましたら、お問い合わせください。令和8年度の入園式・始業式は**4月6日(月)**の予定です。

## 《3月の予定》

\*25日(水) 卒園式(5歳児)

幼稚園部修了式(3・4歳児)

\*31日(火) 保育園部修了式

(0・1・2歳児)

1号認定児春季休業日

\*3月26日(木)~4月3日(金)

5歳児(2号認定児)希望保育

\*3月26日(木)~3月31日(火)

## 【はなを くんくんくん】

文:ルース・クラウス 絵:マーク・シーモント  
寒い冬。森の中で冬眠している動物たち。

雪の中でぐっすり眠っています。

動物たちが目を覚ましはじめ、

“はなを くんくん”みんな  
一目散に同じ方に走っていきます。

さて、みんなが目指す

方には何があるのでしょうか…

春が待ち遠しくなる一冊です。





# 給食だより



認定こども園わだ  
令和8年1月30日

暦の上では立春を迎えますが、1年で一番寒い時期です。寒さや風邪に負けず元気に過ごすには、食事が大切です。体が温まる食べ物や旬の野菜など、バランスのとれた食事を心掛けましょう。

## 2月のねらい…冬野菜を味わおう

### うれしい効能 たっぷりの冬野菜

冬野菜といえばダイコン・ハクサイ・ネギ・ホウレンソウ・シュンギクなど、どの野菜にも体に必要な栄養素がいっぱいです。

体を温めたり、風邪の予防や症状を和らげるなど、うれしい作用がたくさんあります。

冬の野菜をたっぷり食べましょう。

- ・ハクサイ…淡泊でほかの材料との調和が良く、鍋にはなくてはならない野菜
- ・ホウレンソウ…鉄分が豊富
- ・ダイコン…冬に甘味を増し、消化酵素で胃腸の働きを整える



### 福を呼ぶ豆まき

節分の豆まきは、季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっつけるために使われるのが、大きな豆＝「大豆」です。ちなみに大豆は、生でまくと芽が出て縁起が悪いとされているため、必ず煎った豆を使います。地域により殻つきの落花生で豆まきをするところもあります。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。

## 『たべものちから』～行事食・伝統食・乾物について～

1月のテーマは「行事食」と「乾物」についてでした。「行事食」とは、季節の行事やお祝いの日に食べる特別な料理で、旬の食材を使用したものが多く、給食にも取り入れています。節分に食べる恵方巻など、家族の幸せや健康を願う意味が込められていることを学びました。また乾物は、園でもよく使う、わかめやひじき、高野豆腐、春雨などをお湯で戻し、固さや大きさが変わる様子を見ました。

子ども達は戻す前のものと、固さや大きさを見比べたり、軟らかくなったりした乾物を触ったり、においをかいだりして、興味津々でした。

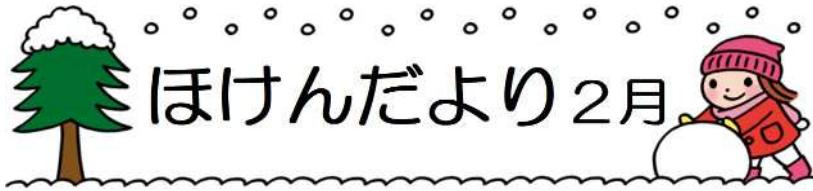
その後の給食で乾物が出てくると嬉しそうに報告してくれる姿もありましたよ。



## 『2月のたべものちから』(3、4、5歳児) ～冬野菜について～

- ・写真や実物を見て、冬野菜を知る。
- ・冬野菜の栄養について学ぶ。





# ほけんだより2月

令和8年1月30日  
認定こども園わだ 医務室

気温が低く乾燥した日が続いており、鼻水が出たり、咳をしたりする園児が多数みられます。現在、園では、12月頃に流行したインフルエンザは終息していますが、引き続き、こまめな手洗い・うがいや、咳エチケットを呼びかけ、感染対策に努めたいと思います。

## 咳のかぜ、ひいていませんか？

寒さが深まり、あちこちから咳が聞こえてきます。乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のものは飛沫感染によって広がっていきます。



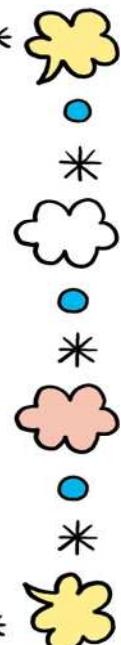
洗濯物を干したり、加湿器をつけたりして、湿度を調節し、喉を潤しましょう。



咳がひどい時は、背中の下に、枕やクッションを置くなどして上半身を高くしましょう。



麦茶や白湯など、刺激のない飲み物で水分補給をこまめに行いましょう。



## 1月のにこにこげんきを行いました

### ★3・4・5歳児「正しい姿勢」



正しい姿勢と悪い姿勢について学びました。

#### <正しい姿勢でいると>

- ・胸が開いて息がしやすい。
- ・食事の時に、消化しやすい。

#### <悪い姿勢でいると>

- ・体が痛くなりやすい。
- ・疲れやすい。

### ★2歳児 「上着を着るときと、脱ぐとき」



寒い時、外遊びをする時は？  
「ジャンバー着る！」お部屋に帰ってきたら？「脱ぐ！」と元気よく答えてくれました。

### 「正しい姿勢」



正しい姿勢を意識し、集中して聞いています。

壁に踵から後頭部を付けて、姿勢を正した後、教室内を歩き、みんなで、姿勢のチェックをしました。

元気でいるために、普段から、正しい姿勢で歩いたり座ったりすることが大切だということを学びました。



## <2月のにこにこげんき>

### ★3・4・5歳児：「耳のはたらき」

### ★2歳児：「トイレットペーパーの使い方」

正しい姿勢でいると元気に過ごせることを学びました。



# はぐくみだより

認定こども園わだ

まだまだ寒い日が続いているですが、時折暖かい日差しが感じられるときもありますね♪天気の良い日には戸外に出て外気に触れたり、遊んだりし元気に過ごせるといいですね(\*^\_^\*)今年度のはぐくみは、2月の活動で終わりになります。今月も楽しい計画をしています(\*^\_^\*)ご参加お待ちしています。

## ★クリスマス会★



サンタさん♪  
★ありがとう★



♡メリークリスマス♡

## 12月・1月のはぐくみ

### ♪ふれあいあそび♪



うたにあわせて  
たくさん遊んだよ♪

## ★制作(絵馬づくり)★



今年はうま年  
元気にすごせますように☆

## 2月の活動予定

開催日	活動計画	アドバイザー
3日(火)	豆まき	市位伸恵・志方真澄
5日(木)	ふれあいあそび	市位伸恵・志方真澄
10日(火)	お誕生会(12.1.2.3月生まれ)	市位伸恵・志方真澄
12日(木)	身体測定	看護師 戸田詩織 市位伸恵・志方真澄
14日(土)	園庭開放日	副園長 堂本純子
24日(火)	身体測定	看護師 戸田詩織 市位伸恵・志方真澄
26日(木)	お別れ会	市位伸恵・志方真澄
28日(土)	図書コーナー開放日	園長 前川往代

### 3日(火)は、豆まきです。

節分にちなんで、おにのお面を作って、「おにはそと!」「ふくはうち!」の豆まきで体の中の悪いおにを退治しましょう(\*^\_^\*)今年1年元気に過ごせますように!



★お知り合いの方や、近所にいらっしゃる方で、はぐくみ参加希望があれば、ぜひ園までお知らせください♪



### 26日(木)は、お別れ会です。

今年度のはぐくみの活動は2月で終わりとなります。一緒に遊んだお友達のなかには4月から入園する子もいます。お別れ会で、今までの成長と一緒に共有し楽しい時間を過ごしましょう



はぐくみ活動にご理解・ご協力いただきありがとうございました。3月は園庭開放日・図書コーナー開放日がありますので、ぜひご利用ください。

4月より令和8年度「はぐくみ」が始まります。楽しみにしていてくださいね♪

### 10日(火)は、お誕生会♪です。

令和7年3月生まれまでの、12・1・2・3月生まれのお友達のお誕生会します。みんなで一緒に、お友達の誕生日のお祝いをしましょう(\*^\_^\*)



認定こども園わだのホームページに  
「はぐくみだより」や「園だより」、  
園生活の様子を載せています。

QRコードより読み取って  
いただき、ぜひご覧ください♪

