

令和5年度

ぼけんだより 2月号

兵庫教育大学附属幼稚園 保健室

生まれたときの身長は 50 cm、
体重は 3 kgくらいだったのに、体
はその頃と比べて大きく成長して
います。

少し前に悩みだったことも、今
振り返ってみると気にならなくな
っていたり、心も成長していること
がわかります。

きっと、「今」だけを見れば大
問題に見える悩みも、大きな時の
流れの中で見ていくと、未来の
成長した子どもたちには「そんな
こともあったなあ」と振り返れる
日が来るのかもしれないね。



2月の保健安全行事

- 1日(木) 発育測定5歳児
- 2日(金) 発育測定4歳児
- 5日(月) 発育測定3歳児
- 27日(火) 交通安全教室(園児のみ)



きょうの

「^{げん き よ ほう}こころの元気予報」は?

1. くもりでどんより、
もやもやしている?



2. あめがふっている
ような、かなしいき
ぶん?



3. はれてすっきり、
あかるいきもち?



4. かみなりがおちる!
いらいらする、おこ
っている?

いかりをしずめたいときは・・・

「いかり」とは、おこること、はらがたつことをいいます。



しんこきゅうをする



そのぼをはなれる



かずをかぞえる(6びょう)

だれだって、おこったり、ないたり、わらったりするし、たまにはひとりでいたいときもある。
いきているってそういうことだよ。 「いかり」もたいせつなきもち。がまんしすぎないで！
「^{てんきよほう}こころの天気予報」で、きょうのきぶんをかくにんしてみてね。



節分 ～大豆～

節分の日と言え、豆まき、炒った大豆をまいて鬼はらいをした後、年齢の数だけ豆を食べると、一年間は病気をしないとされています。この言い伝えに「大豆」が出てくるのは、昔の人は大豆が体によいことを知っていたからでしょう。

大豆は植物性蛋白質や脂質、ビタミンなどが豊富で、栄養価の高い食べ物です。記憶や集中力を高める成分や生活習慣病の予防や免疫力の向上に役立つ成分など、様々な成分が注目されています。

節分を過ぎると暦の上では春となります。実際には、寒い冬がもう少し続きます。
豆腐・納豆・味噌・しょうゆなど、身近な大豆パワーで元気に乗り切りましょう。



- ・2月27日(火)に交通安全教室を行います。全園児が参加して加東市警察署・市役所防災課・交通安全協会の皆様からご指導を受ける予定です。
- ・2月28日(水)に5歳児の消防署見学を行います。愛園活動の後、10時には園を出発して消防署に向かいます。消防署では、消防車や救急車などの車両見学やけむり体験をします。11:30に園に戻ります。