## ぼけんだより2月号

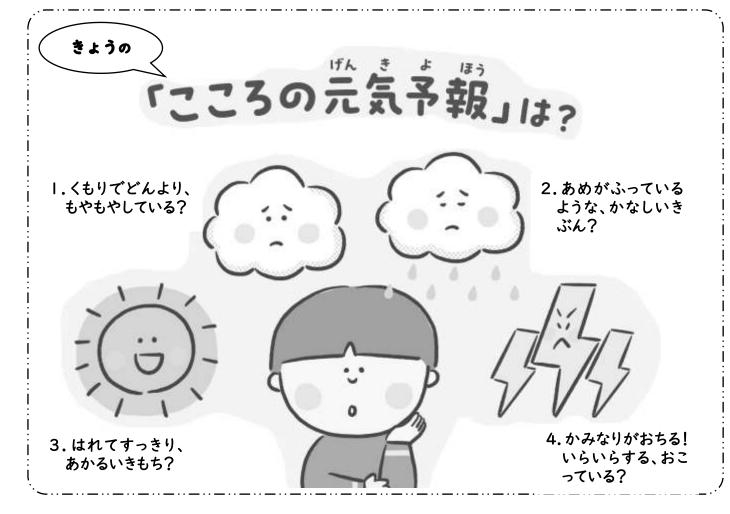
## 兵庫教育大学附属幼稚園 保健室

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ぁ」と振り返れる日が来るのかもしれませんね。



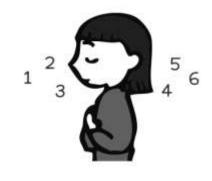


## **いかり**をしずめたいときは・・・

「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

そのばをはなれる 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ね。「いかり」もたいせつなきもち。がまんしすぎないで! 「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~

節分の日と言えば、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言われています。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。