

日に日に寒くなり、本格的な冬の訪れを感じます。はや12月…みなさまにとってはどのような1年でしたでしょうか。寒さの中元気に遊び回る子どもたちの姿に、この1年での成長を感じます。今年も残すところ1ヶ月。引き続き子どもたちの健康管理に気をつけ過ごしていきたいと思ひます。

★今月のうた★

♪あわてんぼうの  
サンタクロース  
♪赤鼻のトナカイ  
♪おもちゃのチャチャチャ

★今月の予定★

5日	内科健診
9日	おたのしみ会
14日	消火・避難訓練
21日	クリスマス会
28日	誕生会

★1月の予定★

～中旬 正月遊び  
郵便ごっこ

11日	消火・避難訓練
25日	誕生会

〈今月のねらい〉

- こあら…探索活動を楽しみながら、体を十分に動かして遊ぶ
- ひよこ…自分でやりたいという気持ちに寄り添う
- りす…保育士や友だちと一緒に遊ぶ楽しさや喜びを感じる
- うさぎ…簡単な約束事を守りながら、友だちと一緒に遊ぶことを楽しむ
- ばんだ…体調に気をつけ、のびのびと身体を動かし健康に過ごす

**冬至**

冬至とは太陽の黄経が270°(冬至点)に達する日で、二十四節気では22番目にあたります。この日は太陽が最も南に偏るため、日が沈む時間が早くなり昼の長さが最も短くなるようです。つまり、夜の時間が一番長い日であり、この日を境に昼の長さが長くなっていく日でもあります。南半球では同じ日が、もっとも昼の時間が長い日になります。

二十四節気とは、1年を24等分してそれぞれに季節を表す名称をつけたもので、中国の暦をもとにしています。



**ゆず湯**

運を呼び込む前の厄払いとして、古来より魔除けの色とされていた黄色いゆずを入れたお風呂に入るようになったと言われていいます。また、香りの強いゆずのもとでは邪気が起らないという考えもあったそうです。ほかにも、ゆず＝「融通が利く」、冬至＝「湯治」といった語呂合わせは縁起がよいとされ、冬至にゆず湯に入る習慣が根付いたとも伝えられています。

**かぼちゃ**

ビタミンやカロチンなどを含み、栄養価が高い食材です。また、夏の野菜でありながら冬まで長期保存ができることから、栄養補給や風邪などの予防としても食べられていたようです。さらに、かぼちゃは「南瓜(なんきん)」とも言うため、「ん」がつく食べ物を食べると運氣があがるという言い伝えも関係しているそうです。

12/22(金)冬至の日にはゆず湯に入り、かぼちゃ料理を食べて下さい。

**おたのしみ会のお知らせ**

成長した子ども達の様子を見ていただきたいと思ひます。お忙しいとは思ひますが、ご参加下さい。

☆日にち…12月9日(土)

☆時間…こあらぐみ (09:00～9:20)  
ひよこぐみ  
りすぐみ (09:30～09:50)  
うさぎぐみ (10:00～10:20)

☆場所…ホール

☆内容…7プログラムをご確認下さい。

※午後の保育を希望する方は事前に担任までお知らせ下さい。  
なお、保育を希望する方は手作り弁当の用意をお願いします。  
※認可外については通常保育でお楽しみ会の参加はありません。ご了承ください。



**おしらせ**

- ★12/29～1/3まで休園となります。
- ※1/1は救急当番の為、開園しますが、済生会本院の職員の方で出勤の方のみの利用となります。
- ★12/9(土)と1/1(月)は手作り弁当をお願いします。