



# フロールだより

立春を過ぎたとはいえ、厳しい寒さが続いています。日陰には、霜柱ができ、水たまりにはうっすらと氷が張っています。そんな冬の自然物は、子どもたちにとって、お気に入りの遊びのアイテム！「なんか音がする！」「つめたいね！」と、冬の贈り物に心をときめかしています。

## 今月の絵本

- ★「へっこぶっとたれた」  
作：もろはら じろう（鈴木出版）
- ★「せつぶんの日のおにいっか」  
作：青山 友美（講談社）

## 今月の歌

- ♪豆まき
- ♪雪

## ★2月の予定★

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 休園日
2 休園日	3 ← 身体測定週間	4	5 休園日	6	7 火災訓練	8
9 休園日	10	11 建国記念日 休園日	12	13	14	15 休園日
16 休園日	17	18	19	20 休園日	21 お楽しみ会	22
23 天皇誕生日 休園日	24 振替休日 休園日	25	26	27	28	

## 今月の保育目標

- 保育者に見守られながら、身の回りの事を自分でやってみようとする。
- 冬の自然を五感で関わり、興味をもつ。
- 保育士や友達と簡単なごっこ遊びを楽しむ。

## 食育



## 節分



節分とは、季節を分けるという意味があります。昔は立春が1年の始まりだったので、立春の前日を指すようになりました。悪いものや災いにたどえた鬼に豆をまいて追い払い、無病息災を願い、縁起のよいものを食べて、新しい季節を迎えるための行事です。

鬼にまく豆に使われるのは、炒った豆。

もし、火を通さずに、そのままの豆をまいて芽が出てしまったら大変！

芽が出て追い出したはずの悪いものが育たないように、炒った豆を使うそう。

ちなみに…場所によっては落花生をまくところもあるのだそうです。

今年の節分は、2月2日 恵方巻を食べる方角は「西南西」です。



## 消費者庁が注意

## 節分の豆は5歳以下まではNG！

豆やナッツ類で誤嚥死亡事故が起きています。消費者庁から「5歳以下の子どもには硬い豆やナッツ類を食べさせない」という注意喚起がされています。のどや気管に詰まると窒息しやすく大変危険です。小さく砕いた場合でも、気管に入り込んでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

鼻や耳に入れて取れなくなる事故も起こっています。個装の製品を利用して、小袋に入ったままで豆まきを楽しむなど、安全に行いましょう。



## 保健

## シールの誤嚥に注意

子どもはシールが大好き。おうちでもペタペタ貼って遊んでいる事も多いのではないのでしょうか。そのシールの誤嚥事故が報告されています。のどの奥のほうに入り込むと、貼りついて窒息することもあります。分厚いプラスチック製のシールはのどを傷つけることも。全身麻酔をして取り除いた例もあります。シールは小さな子どもの手の届かない場所で保管しましょう。

## “笑う”だけで、心もからだも元気アップ↑



私たちの体には、常に細菌やウイルスが侵入したり、がん細胞が生まれたりしています。でも、だいじょうぶ。そんな病気のもとを、ナチュラルキラー細胞という免疫力が退治してくれています。ナチュラルキラー細胞を元気にするには、私たちの“笑い”。反対に悲しみやストレスを受け取ると、元気をなくします。

## “笑う”と他にもいいことが

- 脳の働きがよくなる
- 血液の流れがよくなる
- 自律神経のバランスがよくなる
- ストレスの解消になる
- 幸福感がアップする



大笑いしなくても、笑顔だけで効果はあるそうです

# お正月遊び



羽根つきにちなんで、風船羽根つきをしました。自分で作った羽子板で、とても楽しそうにポンポンポン風船をつけていました。



# 外遊び

水たまりに氷がはっているのを見て、「つめたーい」と嬉しそうに掴んで見せてくれたり、木の中の大きな氷に興味津々の子ども達。カペラの裏の池にねこじゃらしをたらし魚釣りをするのがブームな子ども達です。雪が降ったので、雪遊びをしました。フカフカの雪の上をベットのよう寝そべったり、雪だるまを作ったり、公園の滑り台を滑ったり、いつもとは違う遊びを全身で楽しみました。冬の自然に触れ、沢山の発見を楽しみました。

